

A.C.A.T.

Associazione dei Club degli Alcolisti in Trattamento
BASSANO-ASIAGO

Iscr. reg. vol. 00107/VI

Via J. da Ponte, 37 - 36061 BASSANO DEL GRAPPA (VI)

Cod. Fisc. 91007220246

TESTIMONIANZE DI UN CAMMINO ASSIEME VERSO LA SOBRIETA'...

“Soprattutto non perdere la voglia di camminare: io, camminando ogni giorno, raggiungo uno stato di benessere e mi lascio alle spalle ogni malanno, i pensieri migliori li ho avuti mentre camminavo, e non conosco pensiero così gravoso da non poter essere lasciato alle spalle con una camminata.....ma stando fermi si arriva sempre più vicini a sentirsi.....malati.

Perciò basta continuare a camminare e andrà tutto bene.”

(Soren Kierkegaard, Lettera a Jette) (1847)

Realizzato con il contributo economico
del Centro di Servizio per il Volontariato della Provincia di Vicenza

***TESTIMONIANZE DI UN CAMMINO
ASSIEME VERSO LA SOBRIETA'...***

**A.C.A.T.
Associazione dei Club degli Alcolisti
in Trattamento
Bassano - Asiago**

Realizzato con il contributo economico del
Centro di Servizio per il Volontariato della Provincia di Vicenza

PREFAZIONE

Questa pubblicazione racchiude dentro di sé un grande impegno: quello dell'Associazione ACAT Bassano - Asiago che da anni si occupa delle tematiche legate alle dipendenze.

Leggendo le testimonianze avrete modo di toccare la sofferenza con mano, le paure, la solitudine, ma anche la speranza e la voglia di credere nelle vita, dandole il valore che la stessa racchiude.

E come non confermare che i protagonisti di queste storie sono proprio le persone che hanno deciso di cambiare, di smettere di bere, di farsi aiutare.

Un aiuto che non vuole essere una sorta di delega, ma un riappropriarsi del proprio ruolo all'interno della famiglia di appartenenza.

Nel tempo molti di voi mi hanno insegnato quanto importante sia che ogni membro della famiglia abbia ben chiaro il suo ruolo e lasci spazio, con fiducia, a chi chiede di esserci.

Non sono narrazioni semplici, sono testimonianza di persone che con il loro impegno e la loro costanza, dimostrano che si può.

Si può quando intorno a te le persone ti stimolano ad esserci, si può quando incontri persone che ti stanno vicino e credono in te, si può quando tu per primo credi in te stesso.

Mi auguro che le testimonianze, contenute in questa pubblicazione, siano di stimolo e incoraggino altre persone ad avvicinare la vostra associazione per poter riprendere "un viaggio" interrotto.

Con stima,

Maria Rita Dal Molin

Presidente Centro di Servizio per il Volontariato della provincia di Vicenza

GIOVANI..... ADULTI E..... TESTIMONIANZA.

Cari amici, il bere è un comportamento che in quanto tale ci riguarda tutti, vederlo in un singolo, o in un gruppo particolare e non saperlo leggere in noi tutti è sciocco e dannoso, e alimenta quel gioco un po' surreale per cui c'è sempre CHI LANCIA GLI ALLARMI PER I COMPORTAMENTI DEGLI ALTRI e non capisce che se la riflessione e la consapevolezza, la decisione e la testimonianza non PARTE DA SE STESSO, il suo parlare serve più a fare qualche titolo ad effetto, non certo a cambiare la situazione. Come sempre sarà la testimonianza a fare la differenza. TESTIMONIANZA CHE CI TOCCA TUTTI, A PARTIRE DA CHI NELLA COMUNITA' RIVESTE RESPONSABILITA' PARTICOLARI.

Senza testimonianze non vi sarà mai cambiamento nella nostra cultura e nei comportamenti di una comunità, e noi che viviamo nel mondo dei CLUB ABBIAMO LA FORTUNA DI SAPERLE BENE QUESTE COSE, per cui dedichiamo questa pubblicazione ai nostri giovani, PER DARE TESTIMONIANZA FORTE DEL CAMBIAMENTO, perchè a volte ai giovani vengono proposte iniziative e lanciato allarmi per i loro comportamenti, da genitori, insegnanti, amministratori, forze dell'ordine ecc., senza interrogarsi sul proprio bere, senza arrivare a risponderci che meno si beve meglio è, e che meglio è non bere.

In questa modesta pubblicazione noi abbiamo raccolto testimonianze, informazioni... e altro, nella speranza che se sarà aperta e letta, porti a riflessione e consapevolezza, coinvolgendo realmente i giovani e gli adulti, rendendoli responsabili e protagonisti della loro scelte e della loro salute.

Il Presidente A.C.A.T. Bassano – Asiago
Grassivaro Umbertina

Non è facile parlare del dolore con semplicità e rispetto.

E nemmeno descrivere la complessità dei sentimenti che ognuno di noi prova di fronte all'isolamento e all'emarginazione.

Ne sono una testimonianza le lettere raccolte in questo libro, scritte con parole davvero autentiche, commoventi, cariche di speranza e persino gioiose.

Guardare in faccia la realtà procura dolore, un dolore che sembra catastrofico a chi si è lasciato, difensivamente, avvolgere nella cupa illusione provocata dall'alcol.

Ma il dolore può diventare sopportabile solo quando si riesce a chiedere aiuto ad altri esseri umani dei quali si accetta, con fiducia di "dipendere".

Con queste vostre "confessioni" non sono mute, ma diventano dialogo fecondo perchè raccolte da un interlocutore attento e sensibile quale il gruppo da voi rappresentato.

Shakespeare ricorda: " tutto il mondo è un palcoscenico e tutti, uomini e donne, non sono che attori, hanno le loro entrate e le loro uscite, ciascuno nella sua vita recita parti diverse".

Ma con l'alcol purtroppo si rischia di impersonare solo un ruolo.

Ruolo che un tempo non vi era appartenuto e che poi una volta assunto diventa sempre più difficile da sostenere.

Ognuno però può decidere di "gettare la maschera" di quell'unico personaggio interpretato e diventare nuovamente protagonista delle proprie scelte e, attraverso un percorso "collettivo" di cambiamento, a volte lungo e non privo di rinunce, ritrovare la parte migliore di sé.

Insieme a molti di Voi ho avuto il privilegio di essere testimone dei cambiamenti che nel corso degli anni, con fatica e tenacia, voi avete desiderato e raggiunto; magari anche, mi piace pensarlo, attraverso il piccolo contributo dell'Alcologia dell'Ulss3, Servizio in cui ho la soddisfazione di lavorare.

Un incoraggiamento sincero per il cammino intrapreso e augurio di cuore a continuare nel vostro quotidiano impegno.

Dr. Luigi Piloni
Responsabile Ser.T. Ulss 3
Direttore Dip. Dipendenze Ulss 3

CHE COS'E' IL CLUB

Il Club è una associazione privata di famiglie con problemi alcolcorrelati e complessi, che si riuniscono una volta alla settimana con un servitore, per modificare il proprio stile di vita, maturando una scelta di rinuncia all'alcol. Il cambiamento dello stile di vita non riguarda la singola persona, ma tutto il nucleo familiare in cui vive. Essenzialmente, quindi, la presenza della famiglia dove i rapporti sono stati seriamente compromessi. Tutta la famiglia deve cambiare il proprio stile di vita, collaborare ed abbandonare l'uso delle bevande alcoliche per costruire insieme ciò che l'alcol ha distrutto, per condividere nel Club e nella vita quotidiana, in un dialogo costruttivo, ognuno nel proprio ruolo, rinunce, conquiste e vittorie. E' naturale quindi che l'alcol scompaia anche dal nostro ambiente, dalla nostra casa, dalle nostre abitudini. E' una misura di protezione per noi stessi ed il nostro nuovo stile di vita.

Il Prof. Vladimir Hudolin, psichiatra croato, è l'ideatore della metodologia praticata nei Club, che non è un'isola, ma una realtà inserita nella comunità locale.

Il Club ha una sede con orario fisso. Nel Club vengono attribuite a turno cariche temporanee che normalmente sono ricoperte per un anno.

CLUB ALCOLISTI IN TRATTAMENTO PRESENTI NEL TERRITORIO					
LOCALITA'	SEDE PRESSO	INDIRIZZO	GIORNO	ORA	NOME CLUB
ROMANO D'EZZELLINO	SALA COMUNALE	VIA G. GIARDINO	MARTEDI'	19.30	S. GIACOMO
BASSANO DEL GRAPPA	CENTRO PARROCCHIALE	S.S. TRINITA'	MARTEDI'	18.00	XXV APRILE
S. G. DI CASSOLA	CENTRO PARROCCHIALE	VIA S. GIUSEPPE	LUNEDI'	19.30	S. GIUSEPPE
CARPANE'	COMUN. MONTANA	VIA IV NOVEMBRE	MARTEDI'	20.00	CARPANE'
STROPPARI DI TEZZE	AMB. DOTT. GOTTARDI	VIA JOLANDA	MARTEDI'	20.00	STROPPARI
BASSANO DEL GRAPPA	SEDE ACAT	JACOPO DA PONTE	MARTEDI'	20.00	JOLLY
BASSANO DEL GRAPPA	SEDE ACAT	JACOPO DA PONTE	MARTEDI'	9,00	AMICO
MASON VICENTINO	SCUOLE ELEMENTARI	VIA RIVARA	LUNEDI'	20.00	MASON
ROMANO ALTO	CENTRO PARROCCHIALE	SANTA MARIA	LUNEDI'	20.00	AIRONE
MAROSTICA	OSPEDALE CIVILE	VIA PANICA	LUNEDI'	20.00	MAROSTICA
MUSSOLENTE	CASONI	A LATO FARMACIA	LUNEDI'	20.00	MUSSOLENTE
ASIAGO	CONSULTA ANZIANI	VIA MATTEOTTI	LUNEDI'	20.30	FENICE
CANOVE DI ROANA	SEDE ACAT	VIA MILANO	GIOVEDI'	20.00	NUOVA VITA

CON ALCOL



Chi beve temere (incubiato, mallore ecc.)

SENZA ALCOL



Chi non beve è il solito ad è pieno chi beve.
vedo il sole!

Affogato in una cultura sbagliata.....

Negli anni il modo di vivere nelle nostre case è sempre stato scandito tra lavoro e vita familiare. Nella maggior parte dei casi nella tavola di queste famiglie c'era il vino. Purtroppo se ne faceva uso anche fuori, nelle osterie o nei bar delle zone anche lontane dai grossi centri.

Questo comportava il rischio che qualcuno ne abusasse.

I nostri avi dicevano erroneamente bevi un po' di vino ti farà buon sangue, se avevi freddo con un gocchetto di grappa si pensava di scaldarsi, non sapendo che l'alcol contenuto in quel bicchierino, altro non faceva che diminuire la circolazione così che il freddo si sentiva un po' meno.

Purtroppo non sapendo che l'alcol comportava anche tanti altri rischi la gente ne faceva uso quasi fosse una medicina.

Si arrivava così che alcune persone ne facevano uso quotidianamente, arricchendo così la sfilza dei possibili alcolisti, i quali negli anni a venire erano destinati a malattie come la cirrosi o certe malattie mentali dovute al fatto che le cellule del loro cervello venivano annientate.

Con questo stile di vita generazioni condividevano il vizio del bere con le varie mansioni quotidiane.

Anch'io mi sono trovato a vivere in questo tipo di cultura.

Il gocchetto anche da giovane non mancava: "daghe un poco de vin e acqua, non te vidi che tristo che l'è, te vedarè che el fa suito le masele rosse", così che senza volerlo cominciai ad assumere alcol. Dopo anni con gli amici ci si trovava nei bar del paese con la birra in mano che sebbene avevi 16 anni ti faceva sentire grande. Dalle birre e il vino il passo per arrivare ai superalcolici fu breve, con lo stravecchio ti sembrava di aver raggiunto la massima età.

La giovinezza passava, lavoravo in un piccolo laboratorio di ceramiche, nella pausa pranzo mi recavo a casa, sul tavolo oltre all'acqua c'era come sempre il vino, non sempre mischiavo le due sostanze. Prima di ritornare al laboratorio c'era la tappa quasi obbligata al bar dove noi ragazzi che lavoravamo in paese ci trovavamo per il caffè, dopo il quale arrivava come per scontato il bicchierino di stravecchio.

Così per anni, fino a quando non cambiai lavoro, andai ad aiutare dei muratori che stavano ristrutturando la casa che i miei genitori con sacrificio avevano comprato, anche lì non mancava mai il vino e il caffè corretto con annesso rasentin (gocchetto di grappa).

Alla sera dopo cena alla quale si assisteva spesso ad una lite tra genitori anche per futili motivi si scappava al bar dove tra una chiacchiera e l'altra si beveva. Tra birra e bicchierini si cercava di non pensare alla lite appena conclusasi o ancora in corso visto che al più delle volte si usciva di casa prima che le acque si fossero calmate. Tra un giro in moto e una partita di calciobalilla si arrivava fino a tarda ora lievemente brilli o addirittura quasi ubriachi.

Arrivò il momento della naia, conducendo una vita così non vedevo il rischio che correvo, continuavo a bere, saltuariamente mi ritrovavo ubriaco non per volontà ma solo perché ciò mi accadeva, il giorno dopo le sbronze visto come mi sentivo mi prefissavo che la cosa non doveva ripetersi.

La vita militare non mi piaceva e i giorni passavano lenti, nel corso dei quali le varie sbronze non mancavano. Finì anche questa avventura, trovai lavoro in un'azienda di stampaggio materie plastiche, dove lavorai a turno comprese le notti, con gli amici si lavorava e dopo lavoro ci si vedeva al bar dove come al solito si beveva, sembrava che i succhi di frutta o le varie bibite non esistessero. Solo raramente ne facevamo uso e l'inevitabile domanda da parte degli amici: MA SITO MALA'?

Passarono gli anni e tutto sembrava andare bene, trovai una ragazza, quando si usciva insieme ci si ritrovava con gli amici e nella maggior parte delle volte si ritornava a bere alcolici, sembrava di stare bene, ma senza saperlo mi avviavo in una direzione in cui il ritorno sarebbe stato molto difficoltoso.

La ragazza di cui parlo è stata, dopo mia madre che ogni tanto mi diceva non ubriacarti, forse l'unica a cercare di farmi capire quello a cui andavo incontro. Divenne mia moglie e per un periodo le cose andarono bene; il mio problema ormai si faceva sentire, a volte era così evidente che non ci voleva tanto a capire che avevo bevuto, non ammettevo mai e quando l'inevitabile lite passava per un po' di giorni tornava la tranquillità, fino a quando l'inevitabile ricaduta non faceva altro che peggiorare le cose.

Passavano gli anni e le cose non cambiavano, come lavoro andai a lavorare in cava, nacque nostro figlio ma le cose non cambiavano, gli anni trascorrevano, e per le persone e i famigliari che ci vedevano e ci conoscevano sembrava andasse tutto bene, mia moglie e io sapevamo benissimo che così non era.

Credevo di poter risolvere il problema quando volevo e come avevo fatto altre volte promettevo di non bere tenendomi la riserva che mangiando

avrei bevuto un bicchiere di vino e che senza l'amaro o la grappa dopo il pasto non sarei stato in grado di digerire.

Così che settimana dopo settimana, mese dopo mese, le mie sbronze si intensificarono, le liti arrivarono a prendere una brutta piega, incominciavo pure ad alzare le mani e questo mi faceva soffrire, quando la testa cominciava a ragionare i sensi di colpa raffioravano e tra una scusa e l'altra cercavo sempre di mettere a posto le cose.

Nostro figlio ormai aveva otto anni, vedeva benissimo tutto ciò che stava accadendo, io non me ne accorgevo, anche se mia moglie me lo cercava di dire in tutti i modi, le cose stavano precipitando, io non lo ammettevo e con falsità cercavo sempre di nascondere il problema, anche quando preso con le mani nel sacco o forse è meglio dire con la bocca sulla bottiglia negavo, fino all'inverosimile.

Purtroppo chi beve diventa così bugiardo che a volte le bugie che racconta sono così assurde da fare quasi rabbrivire. Come in quel caso in cui arrivai a dire a mia moglie che gli alcolici, una volta aperta la bottiglia, si sarebbero evaporati con il conseguente calo del livello del contenuto, che in casa nostra visto il calo, era un caso particolare.

Arrivavo a casa la sera dopo il lavoro quasi sempre brillo eccetto i giorni post sbornia, lavoravo sodo e non sono mai mancato un giorno, purtroppo mancavo come uomo e come padre e marito, il fondo incominciavo a intravederlo, così che rare volte provavo a non bere, sembrava facile, ma non passava nemmeno un mese che l'amaro o la birra o il vino facevano la ricomparsa nella mia vita

sempre a causa di una cultura sbagliata.

Capitava di passare dai miei per vedere come stavano, quando si entrava in casa la domanda era: bevi mezzo bicchiere? Quando provavo ad essere astinente, lo rifiutavo, anche perché mia madre era al corrente di come andavano le cose e non volevo farmi vedere così debole, quando li salutavo promettevo che le cose si sarebbero aggiustate, e mi infilavo in casa di mio zio che era la porta vicina, dove come per magia, non facevi tempo a entrare che avevi il tuo bel bicchiere di vino pronto, qualche volta entrava mia madre allora il palco cascava, e tra un rimprovero e l'altro bevevo e salutavo.

Così era anche al bar, non ti chiedevano neanche cosa volevi bere, che ti trovavi con la birra o con il bianco macchiato in mano, con questo non voglio scaricare la colpa agli altri, ma cercare solo di provare a

sensibilizzare quelli che come me non credendo di avere un problema alcol-correlato, continuano a portare avanti uno stile di vita sbagliato.

Tornando alla mia esperienza vissuta, nel momento in cui ti rendi conto che stai sbagliando e non lo ammetti, ti ritrovi a lottare con una bestia invisibile, la quale senza alcun preavviso, ti distrugge e ti annienta; è come se ti accorgessi di sbagliare e convinto di poter rimediare, ti ritrovi al punto di partenza, scarico e con dei macigni da oltrepassare.

Cercavo di convincermi che sbagliai e lo sapevo, non mancavano anche le cose belle, sebbene le brutte fossero di più; nei sabati pomeriggio e le domeniche le rare volte che stavo bene, facevo qualche lavoretto a casa o andavamo a fare un giro, il più delle volte cedeva al divano. Quando uscivamo e mia moglie con nostro figlio erano saliti in macchina, con una scusa tornavo in casa dove come un richiamo invisibile mi aspettava il goccio, non importava di che cosa, purchè fosse alcolico, mi dava il coraggio di mettermi al volante, come se dovessi affrontare chissà quale battaglia.

Cominciai a bere al mattino e la cosa non mi preoccupava, anche per il fatto che non ero l'unico, si diceva "tanto col lavoro che fai, riesci a smaltirlo prima di mezzogiorno".

Mi accorsi che appena sveglio uno strano tremore si impadroniva delle mie mani, davo la colpa al martello pneumatico, dopo la prima dose di alcol ingerita con la china martini, il tremore diminuiva fino a quasi scomparire. Andai avanti così fino a quando cominciai a rifornirmi di birre e vino che comperavo in negozio, dovevano servire per il lavoro, mi sembravano un aiuto per affrontare la giornata, mi sbagliai!

Le cose non cambiavano, anzi peggioravano, dopo il lavoro mi fermavo e senza nemmeno accorgermene, arrivavano anche le 2 di notte, con le conseguenze che vi lascio immaginare.

Purtroppo viviamo in una società dove la droga alcol è diffusa a tal punto da pubblicizzarla anche attraverso la TV radio giornali, tanti medici non si rendono conto del problema.

Nel mio caso, visto come stavo, mi sono deciso di chiedere al mio medico cosa potevo fare, visto che solamente quando bevevo non avevo più ansia e le cose mi sembravano meno difficili da superare, la risposta fu che io forse soffrivo di depressione, la quale con l'assunzione dell'alcol che faceva da inibitore si allentava, così mi sono stati prescritti dei psicofarmaci, la questione alcol è passata in secondo piano, tanto che assumevo quei farmaci e continuavo a bere e le cose si aggravarono.

Con la morte di mio padre le cose precipitarono al punto che la boccetta di tranquillanti la bevevo direttamente senza contare più le gocce e le pillole andavano giù senza pensarci, l'alcol la faceva da padrone. Fino a quando un bel giorno, nel ritornare dal lavoro un ora prima del solito, distrussi la macchina, fortunatamente senza conseguenze per nessuno, dovevamo andare a mangiare con dei parenti, io come se nulla fosse successo mi presentai quasi ubriaco, visto che dallo scossone preso mi era quasi passata, l'indomani stavo male, con mia moglie si litigava.

Passati due giorni senza bere, cominciai a riflettere su cosa si poteva fare, il fondo ormai lo avevo toccato e non mi restava altro da fare se non di chiedere aiuto, tramite mia suocera che sapeva sì e no della situazione, con l'aiuto di mia moglie, trovammo un centro apposito per curare le dipendenze, si trova ad Auronzo di Cadore. Andai senza telefonare, dopo aver parlato con un medico molto gentile, mi fu detto che l'eventuale ricovero veniva fatto dopo un mese. A quel punto mi sentii crollare il mondo addosso, nel ritorno verso casa piangevo, mi stavo rendendo conto che avevo assolutamente bisogno di aiuto, entrati a casa trovammo un messaggio in segreteria dove il medico che mi aveva visto, diceva che si era liberato un posto per l'indomani, mi sentii rinato.

Fui ricoverato e intrapresi un programma da seguire, dove tenendo conto degli insegnamenti del dottor Hudolin, purtroppo ora scomparso, ci si districava nei vari problemi alcol-correlati, in questo ospedale eravamo un gruppo dove più o meno tutti coscienti del problema, ci davamo da fare per aiutarci l'un l'altro, l'auto mutuo aiuto era insieme all'aiuto familiare, una cosa importante; seguivamo lezioni dove ci veniva spiegato tutto sulle droghe, psicofarmaci e alcol, che è a tutti gli effetti una droga legalizzata, con l'astinenza si cominciava a vedere le cose in un altro modo.

Senza più i fumi dell'alcol che ti annebbiavano il cervello, potevi cercare di arrampicarti per uscire da quel buco dove eri caduto.

Con le lezioni che ci aiutavano molto, capivamo e ci rendevamo conto di come fosse diffuso questo problema, con incidenti stradali, sul lavoro, o per malattie varie i casi di morte per abuso di alcol erano e sono tuttora statisticamente molto elevati, forse più delle malattie causate dal fumo.

In quella sede, cioè in reparto alcologia, si sentivano storie di tutti i tipi, famiglie distrutte, lavori persi, casi disperati in cui l'alcol l'aveva fatta da padrone, bimbi che seppure avevano il padre o la madre era come se non

l'avessero, uomini o donne che sebbene trapiantati di fegato non avevano trovato la forza di stare astinenti.

Il mio caso era tra questi, sebbene il mio fegato fosse quasi a posto, l'abuso di alcol aveva fatto sì che la steatosi (così detto fegato grasso) prendesse sopravvento, questa malattia si presenta prima della cirrosi, comunque reversibile, con uno stile di vita appropriato.

Lo stile di vita è molto importante per un alcolista, si può benissimo vivere senza alcol, anzi si assapora di più la vita, la famiglia e tutto quello che ci circonda.

Dopo questo percorso fatto ad Auronzo con l'aiuto di tutto uno staff di medici e psicologi e con un totale coinvolgimento da parte dei famigliari, sono riuscito ad essere astinente.

Ora l'unico e inderogabile scopo è di restarlo per tutta la vita, frequentiamo ancora il club, dove con altre persone con lo stesso problema, ci ritroviamo e discutiamo.

Quella che credevo vergogna di affrontare la gente e tutti quelli che mi conoscono, si è tramutata in una voglia di aiutare tutti quelli che per motivi di alcol, si trovano a passare momenti bui.

La mia vita ora posso dire di viverla accettando anche le difficoltà, con la mia famiglia c'è più dialogo, certo che l'occasione è sempre dietro l'angolo, bisogna essere forti e avere il coraggio di andare avanti sobri, anche quando al bar, visto che non bevi, ti chiedono ancora se sei ammalato.

Non capisco come si possa essere, in un paese così civilizzato, ancora così indifferenti a certi problemi, ad esempio un centro come dove sono stato io, non c'è in nessun'altra parte d'Italia, Spero lo Stato si svegli e faccia qualcosa, capisco che gli interessi speculativi in campo alcologico siano enormi, ma allora le vite che questo mostro annienta vuol dire che non valgono niente.

Spero che questa mia esperienza che mi ha reso consapevole di tutto quello che causa l'alcol, nel raccontarla, possa essere d'aiuto a tutti, sia a chi ha il problema diretto che a quelli che indirettamente soffrono per cause alcol-correlate, non arrendetevi: ci sono i Sert (Servizi per le tossico-dipendenze) che gratuitamente vi possono aiutare e dare informazioni nel più stretto riserbo della privacy.

La mia triste esperienza sia una conferma valida di quello che si può fare avendo toccato il fondo, si può sempre risalire, anche se questa società con questa cultura sbagliata purtroppo ci induce a degli errori.

Questo è il mio primo scritto dopo quasi due anni di ASTINENZA, spero vivamente possa essere d'aiuto a qualcuno.
Con grande affetto.

R. Un Alcolista

LA VOCE DELLE FAMIGLIE

Grazie ai Club molte famiglie hanno avuto la possibilità di cambiare lo stile di vita migliorando giorno dopo giorno in tutto, sino a vivere finalmente serene.

Purtroppo, come noi sappiamo, molte altre hanno paura di uscire allo scoperto e così perdono tutti i benefici che i club con molta semplicità potrebbero loro offrire.

Una cosa molto bella e importante è che quando ci troviamo, oltre a sentirci un'unica famiglia avendo avuto lo stesso problema, con lo scambio delle reciproche esperienze abbiamo l'opportunità di arricchirci sempre più.

L'esperienza di ognuno sentita profondamente da tutti è importante perché non ci fa mai sentire soli contro il mondo, anzi ci dà maggiore carica per vivere.

Non dobbiamo mai dimenticarci che al club dobbiamo partecipare prima di tutto per noi stessi, perché se non siamo convinti noi famigliari, sarà ancora più difficile per la persona interessata.

Questo non significa essere egoisti ma anzi in questo senso non dobbiamo mai scoraggiarci e tantomeno perdere la fiducia e la speranza.

Nel nostro club ci sono famiglie che hanno frequentato e frequentano senza la persona interessata, frequentando ugualmente trovano una ragione in più per affrontare nei migliori dei modi il problema alcol. Noi pensiamo e ci riteniamo orgogliosi di questa loro presenza molto importante, non solo per loro, ma anche per noi.

Riteniamo ancora sia importante che nel nostro club, una volta superato il problema alcol, si parli molto anche di altri problemi riguardanti la famiglia e i figli, ed è molto stimolante perché a volte arriva l'ora di andare a casa che quasi ci dispiace.

Questo crediamo sia un bel segno per dire la grande importanza che ha il club per le nostre famiglie. A volte vengono espressi dei sentimenti così intimi e veri che al di fuori del club mai sarebbero emersi. Per esempio noi di tanto in tanto, a turno, scriviamo qualche lettera sia dai genitori per i figli come da parte dei figli per i genitori, oppure in occasione dei compleanni ecc. . Questi sono momenti molto belli perché al di fuori del club certamente nessuno avrebbe mai parlato di sé e dei sentimenti così apertamente.

Così abbiamo sempre opportunità nuove di scoprire quelle ricchezze profonde di ognuno una volta sconosciute.

Riteniamo sia molto importante tenerci vicini anche con qualche telefonata o meglio ancora incontrarci un momentino nelle rispettive famiglie, bastano anche cinque minuti per far felice una persona.

Concludiamo dicendo che purtroppo il problema alcol è molto diffuso anche fra i giovani, per cui ci rimane molto lavoro da fare in questo campo. Ora che noi abbiamo conosciuto la strada giusta, lasciamo da parte la vergogna e cerchiamo di sfruttare tutto quello che le nostre reciproche esperienze ci hanno insegnato.

La vita è una sola ed è molto bella, allora perché non cercare di viverla e farla vivere nel modo migliore?.....

Un Familiare

DEDICATO ALLA FAMIGLIA

Il giorno 15 ottobre scorso si è svolto a Roma il Giubileo della Famiglia, manifestazione alla quale ho partecipato con gioia, ed è stata per me un'esperienza unica, meravigliosa e speciale.

Però il vedere tante giovani famiglie con i bimbi nelle carrozzine, o portati sulle spalle, papà coi figli tenuti stretti per mano o che li cullavano addormentati tra le braccia e coppie più anziane che parlavano dei propri figli e nipoti superando lingue e dialetti, mi hanno fatto riflettere sulle "nostre famiglie" dei Club, che tanto hanno sofferto e lottato per uscire da quel tunnel buio che è quello dell'alcol, ma anche pensare a quelle famiglie che nel tunnel ci sono ancora e disperatamente cercano una soluzione per far sorridere ancora i loro figli.

Mi sono chiesta allora, quanto oltre alle belle parole, ai discorsi di circostanza conditi con grandi sorrisi, quanto noi seriamente ci adoperiamo per evitare tutte queste sofferenze, e quanto deleghiamo a pochi i nostri compiti, sì, perché se tutti noi regalassimo a chi soffre un briciolo della nostra riconquistata felicità, moltissime famiglie ritroverebbero il sorriso.

Mettiamo perciò da parte il nostro egoismo, la nostra vergogna, e la paura di impegnarci e dimostriamo che si può cambiare e vivere felici e sereni.

Un saluto e un pensiero a tutti.

Maria Bellin, servitore CAT Rosà

PARLANDO....

Parlando con ragazzi che frequento, ho capito che loro non si rendono conto neanche minimamente che l'alcol è un problema paragonabile a qualsiasi altro tipo di droga e, quindi, tanto meno pensano che anche loro, che qualche volta bevono esageratamente per cercare di stordirsi e

divertirsi, vanno incontro a grossi rischi, come: diventare bevitori abituali, avere incidenti in macchina, ecc.

Io credo che molta gente non capisca queste cose perché non se ne parla, o se ne parla troppo poco, ad esempio anche nelle scuole se ne parlasse sarebbe già un passo avanti.

Bisogna trovare un sistema per fare entrare in tutte le case questa realtà.

Anch'io, pur avendo mio padre con grossi problemi di alcol, non mi rendevo conto di tante cose, ma da quando frequento il Club, ho aperto gli occhi.

Vorrei che questo succedesse a tutti prima che sia troppo tardi anche perché, se guardiamo le statistiche ogni anno muoiono trentamila persone a causa dell'alcol e il quaranta per cento degli incidenti stradali sono per guida in stato di ebbrezza.

Io purtroppo non riesco a parlare con i miei amici del problema di mio padre e quindi non ho neanche detto a loro che frequento un Club, però credo che un modo per far loro capire quanti problemi e disagi provochi l'alcol nelle famiglie, sia dandogliene la prova concreta e cioè spiegando che tutto ciò l'ho vissuto in prima persona con grandi sofferenze e difficoltà.

M.

OLTRE L'INSEGNA

Era l'alba e, come tutte le mattine, lo "stormo" si mosse verso il bar.

L'insegna "aperto" li attirava come una sirena attira i marinai.

Ma, laggiù in fondo alla piazza, un uomo tutto solo gira intorno alla fontana, prova qualche passo di corsa ma, quell'insegna...respira a fondo...l'insegna...allunga il passo e, accidenti, ci ricasca!!!

"Ma domani ci riprovo, altroché se ci riprovo!!"

Ma quegli amici lo chiamano, "lascia perdere" gli dicono, "divertiti con noi, siamo uomini lavoratori, ci spetta di diritto!" e, quell'insegna...

Ma lui ci riprova.

Le sue ricadute non le conta più ormai ma, dentro di lui, qualcosa gli dice: “Smetti, impara a volare” e, al mattino, quando gli riesce ancora di pensare, sogna di rompere quella catena, di uscire da quel buio e di guardare il sole, di godere del suo calore con la sua famiglia.

Già!

Ma dove era finita la sua famiglia? Sua moglie e i suoi figli; ma dove sono tutti?

Tutto ciò che egli trovò furono: bottiglie e lattine vuote, cartacce e rifiuti di ogni tipo: viveva in un IMMONDEZZAIO!!!

Solo, sporco e affamato, irriconoscibile egli urlò tutta la sua disperazione, i suoi occhi finalmente videro, la sua mente capì, quella catena che per tanto tempo lo aveva stretto, cadde.

Stava tornando la primavera, dentro e fuori di lui e nuovi amici ora gli camminavano a fianco protettivi.

Stava allargando le sue ali, il suo volo verso una nuova vita era sempre più sicuro e, ogni giorno che passava, la sua famiglia era sempre più vicina, per lui ormai quell’insegna altro non era che un semplice cartello con scritto “bar”.

Sì, perché lui aveva avuto il coraggio di spezzare la sua catena, di aprire le sue ali per volare nel futuro.

Dov’era lo stormo che per tanto tempo aveva sostituito la sua famiglia?

Egli lo cercò, provò a parlare con loro ma, quell’uomo nuovo parlava un’altra lingua e, per impararla, ci voleva coraggio, chiudere gli occhi e girare le spalle è molto più facile.

Ma qualcuno c’era, quegli occhi non erano spenti, sì, gli avrebbe camminato a fianco piano piano, come altri amici avevano fatto con lui e gli avrebbe insegnato a volare.

M.

SENZA DI TE

“Il mio cuscino mi guarda di notte
con durezza come una pietra tombale;
non avevo mai immaginato che tanto amaro fosse
esser solo....

...giaccio da solo nella casa silenziosa,
la lampada è spenta,
e stendo pian piano le mie mani
per afferrare le tue...

...e all'improvviso son sveglio,
ed intorno a me la fredda notte tace,
luccica nella finestra una limpida stella...

Ora bevo in ogni piacere la sofferenza
e veleno in ogni vino,
mai avrei immaginato che fosse tanto amaro
essere solo
essere solo e senza di te.

Hermann Hesse

Per Bruno, mio padre, che tanto vuoto ha lasciato
Con la sua scomparsa.
Ti voglio bene.

CARI PAPA' E MAMMA..

con queste poche righe voglio esprimervi ciò che provo per voi, cosa molto difficile da farsi soprattutto per me che sono sempre stata una persona riservata e chiusa nell'esporre i miei sentimenti.

Ma forse questa è la vera possibilità per dirvi quanto vi voglio bene.

Ho diciotto anni ed è per voi se oggi sono realizzata.

I vostri consigli e le vostre raccomandazioni mi hanno aiutata, ma mi aiuteranno anche nel futuro; spesso tutto questo da me non veniva considerato, ora che sono un po' più cresciuta, penso sia un ausilio indispensabile per affrontare anche i piccoli problemi della vita.

Mi siete stati vicini quando giocavo, studiavo ed ora che lavoro; quando piango, rido, mi arrabbio o sono felice.

Mi accettate così come sono, con pazienza e soprattutto con amore.

A te mamma voglio dire che ti stimo e apprezzo la tua costanza e bontà e a te papà per il tuo carattere particolare e per la tua buona volontà e precisione nel portare avanti un impegno preso.

Vi ringrazio per quello che avete fatto per me e per tutto quello che farete e spero con tutto il cuore di essere come voi con i miei figli, così mi diranno come io dico a voi: "vi voglio tanto bene e siete i genitori più fantastici del mondo"

Vostra A.

CARA MAMMA..

una lettera vera e propria non te l'ho mai scritta, anche se ti parlo molto e ti dico tante cose. Riguardo la famiglia, non ti ho mai ringraziata per il bene che ci hai sempre voluto, soprattutto quando lottavi per il problema che aveva papà.

Dopo tanti anni ti vedo un po' più felice, problemi ce ne sono sempre, ma tu hai un bel carattere, perché vivi la tua vita con semplicità e ti sai

accontentare, a te pensi sempre per ultima, prima vuoi accontentare sempre noi.

Mi piace anche perché sei una mamma abbastanza moderna, sia riguardo la libertà, che ci hai sempre dato, sia al riguardo del tuo modo di pensare, così è più facile comunicare con te.

Quest'anno a marzo compi 50 anni e ad agosto è l'anniversario dei 25 anni di matrimonio, ti faccio già tanti auguri e ti dico che sei stata brava ad avere sempre avuto tanto polso, la famiglia altrimenti sarebbe a pezzi.

Penso che il più bel regalo che hai ricevuto e che ti sei meritata, è stato quello del papà, che ora ci fa scoprire tanti lati suoi che prima erano soffocati; speriamo continui così, altrimenti questa volta ci faremo sentire.

Spero tanto che in futuro anch'io possa essere una donna forte come te per affrontare bene la vita, tutti dicono che assomiglio a papà, però ho anche parte di te, perciò ho buone speranze.

E' bello avere una mamma come te, anche se alcune volte troviamo dei diverbi, ricordati che sempre la mamma numero uno.

T.

NOI FAMIGLIA...

Noi come famiglia abbiamo cominciato a frequentare il Club quando eravamo arrivati ad un punto in cui non si poteva più andare avanti né sostenere quel regime di vita familiare impossibile.

All'inizio frequentare il Club per me come figlia, voleva dire provare ad aiutare mia madre nel superare quel problema che la stava consumando giorno per giorno. Poi, invece, con il passare del tempo ho capito che frequentandolo settimana dopo settimana, non serviva solo a lei, ma anche a me.

Infatti sono riuscita a capire e sviluppare molte cose che prima neppure mi passavano per la mente, la solidarietà, l'accettazione e la condivisione della sofferenza di altre persone ed anche in mia madre ho notato un cambiamento fantastico, difficile da descrivere, adesso è una persona con

cui si può ragionare ridere e perché no, anche litigare, come si fa con una madre e una moglie.

Al Club non si parla mai del problema alcol, forse perché ha fatto parte per il 95% della nostra vita passata, ma parliamo di quei problemi o di quelle belle cose che prima per colpa della dipendenza non si potevano gustare ed assieme si discute di tutto, dai problemi di casa, di lavoro e di salute e anche delle gioie quotidiane di ognuno di noi, ad esempio la nascita di un nipotino, il matrimonio di una figlia e dell'armonia che nasce in casa giorno dopo giorno, come un fiore che sboccia in primavera e lo si sta a guardare ammirati, dopo l'inverno freddo che è venuto, si pensava che non ce l'avrebbe fatta, ed invece è vitale e armonioso.

Il Club è secondo me, un insieme di persone con carattere, esperienze e abitudini diverse, che si accettano senza riserve, accumulate da uno stesso problema: *la dipendenza*, che amalgamate tutte insieme formano, se si può dire, una PICCOLA SECONDA FAMIGLIA, che cresce un po' alla volta, pensando al passato forse con un po' di rimpianto e amarezza per non averlo potuto godere con la serenità odierna.

S.

TANTA GIOIA SOTTO L'ALBERO

Il nostro Natale di ieri era insensato, privo di significato, non c'erano gli auguri, non c'erano i regali: c'era una grande tavola apparecchiata con tante cose da mangiare e da bere, soprattutto tanto vino.

Si aveva paura perché alla fine del pranzo si temeva che mio marito fosse ubriaco e così urlava e diceva cose insensate e alla fine era sempre una lotta.

Il Natale di oggi è stupendo, forse di più, quando apparecchio la tavola per quel 25 Dicembre sono contenta, molto entusiasta perché so che così alla fine del cenone non è più una lotta ma tanta gioia.

Sopra la tavola apparecchiata di tanto in tanto c'è: acqua, aranciata, coca-cola ecc. fuorchè vino.

A me non importa se sotto l'albero non ci sono regali perché sotto l'albero c'è tanta gioia, libertà, felicità ma soprattutto tanta voglia di aspettare il prossimo Natale, cosa che prima non c'era.

Questo Natale lo vogliamo dedicare a mio marito, ma soprattutto a tutti i componenti del Club.

Buon Natale a tutti!!!!

C. T.

LA FELICITA'

Quando si convive con un alcolista ci si domanda dove è finita la felicità, se si è dimenticata di noi o se forse non è un diritto!

Perché si sa che la felicità è verità, maturità, è saper scegliere ma anche capacità di soffrire, è avere il coraggio delle proprie idee ed azioni.

La felicità si realizza quando il desiderio e la volontà sono insieme, perciò quando un alcolista desidera con

buona volontà di uscire da quella strada buia è già in possesso di quella felicità.

Quindi anch'io mi domandavo se la felicità si era dimenticata di me e della mia famiglia; oggi so darmi una risposta e la mia risposta si chiama CLUB.

R.

UN NATALE SERENO E ARMONIOSO

Il Natale per me, prima, si presentava come una grande sofferenza, un forte momento di vuoto e di solitudine.

La mia famiglia non era affatto unita, in quanto mio marito era assente anche pur vivendo in casa.

Non c'era calore e non esisteva neppure la minima parola di conforto, tutto era triste e malinconico.

Alessia era l'unica cosa al mondo che mi aiutava a vivere, era l'unica persona che mi dava la forza e il sostegno morale per affrontare il disagio che si era creato.

Ma, anche avendo avuto molta fede, sono potuta andare avanti e ora ringrazio il Signore che anch'io possiedo una famiglia unita e ora, solo ora, posso aspettare il Natale con serenità e armonia.

E. V.

UNA NUOVA MAMMA

Si sta avvicinando il S. Natale e colgo l'occasione per evidenziare la mia grande gioia nel trascorrere il periodo natalizio insieme ai miei famigliari ed in particolar modo di mia mamma Luciana che, nuovamente ha saputo dimostrare la sua grande voglia di vivere insieme alla sua famiglia.

L'anno scorso, al pranzo di Natale, era riunita tutta la famiglia, inclusa mia mamma, ma personalmente veniva considerata un punto interrogativo motivato dal fatto che i suoi impegni o meglio le sue promesse di uscire dal problema ben noto a tutti erano molto recenti e quindi avendo qualche anno di esperienza non ero sicuro di questo ennesimo tentativo.

Ho dovuto ricredermi ben presto notando i suoi miglioramenti descritti in parte nella mia precedente relazione e quindi resto tuttora sbalordito nella serietà e impegno che dimostra mia mamma.

Quindi, essenzialmente, quest'anno sotto l'albero di Natale la mamma Luciana ha depresso un regalo ben più prezioso di qualsiasi altro regalo: la sua vera e unica promessa di continuare ad essere quella donna che è stata da un anno a questa parte e noi tutti ne siamo contenti e felici nell'aiutarla.

Concludendo, io sono felicissimo di avere una mamma che sa sempre aiutarmi ove talvolta ho dei problemi, credo che anche mio papà non

passasse un Natale così da molto tempo ed è inoltre contento perché quest'anno ha pagato l'abbonamento della televisione, non inutilmente come gli altri anni, ma bensì questa volta la mamma Luciana ne ha approfittato a sufficienza.

A parte gli scherzi, auguro a tutti un Felice Natale, a tutti i componenti del Club, soprattutto alla mia mamma Luciana ricordandole che tutti noi le vogliamo bene e la ringrazio personalmente dell'affetto e dell'amore che dà sempre a noi.

Ti auguro un felice Natale ricordandoti inoltre che quest'anno il pranzo lo paghi tu.

Ancora tanti auguri a tutti e Buone Feste.

M.

UN REGALO INASPETTATO

Il Natale di ieri lo ricordo così: mio marito lo trascorrevva bene in famiglia, noi per tradizione eravamo abituati a stare tutti insieme per festeggiare le feste.

Come ho già spiegato il Natale si trascorrevva a casa dei suoi genitori, con tutti gli altri componenti della famiglia, nipoti compresi, per cui il giorno di Natale non beveva o beveva poco per timore dei suoi famigliari.

Le feste seguenti, quando si mangiava a casa mia con la mia famiglia, arrivata la sera: lui non ragionava più.

Mi faceva arrabbiare, io non lo volevo così, non si poteva parlare con lui di un qualcosa, lui non sapeva rispondere su niente in cambio, però, nonostante fosse ubriaco, non mi picchiava o litigava né con me né con mia figlia, tanto meno con i parenti.

Come si usa, a Natale tutti si scambiano i regali, quanto odiavo quel momento... Tutti erano contenti e felici, io facevo in modo che nessuno si accorgesse e mi allontanavo, tanto sapevo che per me non ci sarebbe stato niente e pregavo Iddio di darmi la forza di andare avanti.

Natale di oggi: ho un grande ricordo che non potrò mai dimenticare, il Natale di 4 anni fa, il primo di una serie che non si può dimenticare.

Come al solito si festeggiava dai suoi genitori a mezzogiorno, la sera però mi portò a mangiare al Kat Kerry, un posticino al lume di candela, talmente romantico che fui sorpresa da mio marito per quello che stava facendo. E non è finita. Nel mezzo della cena estrasse dalla sua tasca un piccolo pacchetto, mi guardò e disse: “questo è per te”. Difficile da spiegare come mi sentivo, avevo voglia di piangere e di ridere, non sapevo cosa fare, per la prima volta ero veramente felice.

Presi il pacchetto e lo aprii, sono rimasta meravigliata, c’era una parure collana e bracciale.

In quel momento non trovavo le parole per ringraziarlo, non in quanto il regalo in sé, ma per il regalo più bello che lui aveva fatto a me, comportandosi così con la promessa di continuare a stupirmi per il suo comportamento.

Con tanto amore:

Tua moglie N.

AUGURI DI COMPLEANNO

Oggi, 24 agosto...

È il compleanno di mio marito U.

E voglio augurargli tanto bene.

Tutti questi anni trascorsi insieme

Ne abbiamo passato di tutti i colori;

si dice che non ci sono rose senza spine,

ma da noi ci sono state solo spine;

adesso fioriranno molte rose.

Comunque siamo andati sempre avanti sperando in meglio.

I compleanni passavano, si festeggiava e alla fine

Invece di una festa, era una tragedia per il troppo bere.

Invece adesso si festeggia con soddisfazione e allegria.

Io spero tanto che continui sempre così in meglio.

E così ti faccio i miei più sinceri auguri con affetto;

un bacione grande grande come il nostro amore.

Tua amata moglie C. T.

DA SEI MESI...

Da circa sei mesi abbiamo iniziato a partecipare alle riunioni settimanali del CAT di Romano d'Ezzelino. Facciamo questo per dare a nostro zio A. uno stimolo in più per continuare a marciare diritto per la via che da qualche anno ha intrapreso: l'astinenza dall'alcol.

Infatti ogni tanto, nonostante i suoi buoni propositi e l'aiuto che gli veniva dato dal Club, non riusciva a mantenere fede alle sue promesse. Così, su suggerimento di Suor Amelia, abbiamo iniziato, come dice simpaticamente qualcuno del Club, a fare da "maresciallo" a nostro zio.

Oggi, 12 novembre 1994, festeggia il suo compleanno e così nel primo pomeriggio gli abbiamo telefonato per fargli gli auguri.

Pensiamo che per lui questo sia un compleanno felice, visto che ormai è arrivato a 210 giorni di astinenza dall'alcol.

Certo, questo potrà sembrare un numero irrisorio, ma noi speriamo di cuore che col tempo la cifra possa aumentare. Solo così ciò che noi ora stiamo facendo per lui non potrà essere scambiato per sacrificio, ma bensì tempo speso per una giusta causa: la sua VITA.

L'augurio che gli facciamo oggi è di riuscire a trovare quella forza di carattere e di volontà di cui ha bisogno per fare in modo di non deluderci.

Le tue nipoti

S. e S.

25 GENNAIO 1995

Caro papà, sono un po' felice di Te, perché hai fatto uno sforzo a smettere di bere, però sono anche un po' arrabbiato con Te per tutti i guai che hai combinato, e le brutte cose che hai detto contro la mamma, e perciò hai ferito anche me.

Papà anche se hai fatto una ricaduta, dopo tre mesi, non importa, basta che non ne fai più!

Papà, anche se non vivi più con me, io Ti vorrò bene lo stesso, Ti aiuterò e Ti darò sempre conforto quando avrai bisogno.

Ciao papà, con affetto tuo figlio

V.

CONTINUIAMO A LOTTARE ANCHE SE NON SEMBRA CI SIA UNA SPERANZA

Il 26 aprile 1994 è iniziato a nostra insaputa un nuovo periodo della nostra vita. Un po' forzate abbiamo infatti iniziato a partecipare agli incontri del CLUB DI ROMANO D'EZZELINO per cercare di risolvere il problema di nostro zio Antonio. Non essendo del paese, giustamente ai primi incontri, non conoscevamo nessuno e, ad essere sincere, un po' ci si annoiava. A quasi due anni di distanza ci rendiamo conto di quanto quelle nostre prime impressioni fossero sbagliate. Ora ci sentiamo realmente coinvolte nei problemi degli altri, ci sentiamo amareggiate se in qualche famiglia sorge un problema, ma soprattutto ci rendiamo conto dell'importanza del CLUB e del fare CLUB. Ora riusciamo a capire cosa significhi per chi ha certi problemi trovarsi con qualcun altro che vivendo la tua stessa situazione ti possa capire ed aiutare, a differenza di qualcuno che invece ti potrebbe solo giudicare. Dopo aver ascoltato tante storie di vita, aver gioito tutti insieme per alcuni successi ottenuti e continuando assieme a combattere per riuscire là dove non sembra ci sia speranza, non possiamo far altro che ringraziare il CLUB per quanto ci ha dato e per quanto ancora ci darà.

S. e S.

HO RITROVATO IL MIO PAPA'

Mi chiamo C. e ho 19 anni, mio papà era un alcolista, sono 8 anni che frequento il Club, che per me è una seconda famiglia.

Dentro la mia casa c'era l'inferno e ora per fortuna c'è il paradiso.

Prima non c'era nessun dialogo, non si poteva parlare del più e del meno perché se qualcuno gli dava torto lui partiva e andava al bar a bere, così credeva di risolvere i suoi problemi.

Quando mio nonno, che ora non c'è più, faceva delle cene a casa sua, mio papà ci faceva fare delle figuracce con il suo comportamento, ma ora sono contenta, perché mio nonno è morto orgoglioso e sereno, vedendo suo figlio uscito da questo tunnel.

Adesso, quando ci sono delle ricorrenze, lui è sempre il primo a fare gli auguri, oppure a fare qualche regalo che prima era già tanto se si ricordava di fare gli auguri.

Ora possiamo anche fare dei viaggi assieme, prima nemmeno che lo sognavamo e anche andare a qualche cena, che una volta non si andava mai per paura che alzasse troppo il gomito e ci facesse fare delle brutte figure davanti ad altri.

Adesso è lui che chiede a mia mamma di andare via mentre prima nemmeno se lo immaginava.

Se avevo qualche problema o bisogno di qualcosa per me contava solo lei, adesso invece posso chiedere consiglio a lui.

In questi otto anni, ho ritrovato mio papà soprattutto 5 anni fa, quando ho perso un carissimo amico che è morto a 18 anni per un incidente stradale con la moto, mi è stato molto vicino così sono riuscita a superare questo shock e per il quale ho scritto anche una poesia.

*Non ti dimenticherò / Caro Luca, così facilmente
ora che il mondo ti ha escluso / così ingiustamente
una moto che non valeva niente / tu eri legato a lei
ma lei ti ha tradito / facendoti perdere la cosa a cui tenevi
tanto / la Vita.* per

C. A.

CLUB IN CASA

Sono A.,

da quattro anni frequento il club di S. Giacomo, e ho visto un considerevole numero di persone uscire dal tunnel dell'alcol. Di conseguenza mi sono sentito stimolato all'impegno di dare un valore alla vita di mio figlio A., il quale abusa dell'alcol.

Il problema era anche dei miei famigliari perché non frequentavano il club, e non conoscevano le problematiche dell'alcol.

Allora decisi di fare il club in casa e scelsi i giorni dei compleanni in cui tutti ci ritrovavamo uniti, spiegando loro i danni che l'alcol procura alla salute.

Ognuno espresse il proprio punto di vista: comunità, visite mediche, diminuzione graduale, ecc..... Riuscii a provocare animate discussioni come normalmente avviene al club.

Sono trascorsi diciotto mesi e A., non è più ricaduto, ha recuperato un discreto autocontrollo. Il club in casa si è rivelato di fondamentale importanza perché coinvolgendo tutta la famiglia, si sono avuti ottimi risultati.

Venendo a conoscenza della gravità della dipendenza, ora la mia famiglia si è proposta anche per altre famiglie, ottenendo altri risultati.

Ringrazio tutti i componenti del club per avermi dato questa opportunità di sostegno contro la dipendenza dall'alcol, riportando così serenità e pace in famiglia.

A. C.

LETTERA AI MIEI FIGLI

Carissimi,

quando la piccola fiamma stava per spegnersi, è nata in voi una grande forza e coraggio.

Mi avete detto: dobbiamo lottare, non possiamo perdere una persona a noi cara, che ci ha dato la vita. Così abbiamo cominciato a frequentare il Club, all'inizio con un po' di difficoltà ma adesso ci troviamo bene. In questo gruppo c'è vita, c'è familiarità.

Sono passati ormai cinque mesi dalla sua astinenza e la piccola fiamma si fa sempre più grande, ci unisce sempre di più.

Quando siamo a tavola ci guardiamo negli occhi sorridenti, non ci sembra neanche vero, pare un sogno eppure è realtà.

Quando tornate dal lavoro per prima cosa mi chiedete subito del papà: come va, cosa ha fatto, dove è andato. Questo a me fa piacere, mi riempie il cuore di gioia, vedo in voi la felicità per essere arrivati al traguardo di una corsa che sembrava non avesse mai fine.

Il Natale '94 è stato un Natale semplice, ci siamo scambiati gli auguri ma senza regali, perché il regalo più grande era quello del papà con la sua astinenza.

Voglio dirvi grazie, perché in questi lunghi anni mi siete sempre stati vicini con tanto amore.

Vi abbraccio con affetto.

Mamma L.

QUELLO CHE NON HO MAI DETTO

Ho cominciato a frequentare il Club di S. Giacomo un po' per curiosità, volevo rendermi conto di come funzionava e come operava, ma soprattutto volevo conoscere quella stupenda creatura, meravigliosa, ricca d'amore, disponibilità, sensibilità e squisitezze: SUOR AMELIA.

Lei con tutto il suo gruppo hanno preso mio cognato per mano e passo dopo passo gli hanno insegnato un'altra strada.

La strada del più rispetto di se stesso, di volersi più bene e soprattutto di avere più fiducia in se stesso.

Senza nulla togliere al preziosissimo contributo della moglie e della figlia che con il loro amore per la vita lo hanno messo insieme e gli hanno dato:

- 1) CONOSCENZA DI STRUMENTI NECESSARI PER IL LORO VIAGGIO

- 2) SAGGEZZA per usare la conoscenza nel modo migliore alla scoperta del presente
- 3) COMPASSIONE per accettare gli altri che possano avere mentalità diverse e percorrere ugualmente la loro strada
- 4) FORZA per resistere alla paura e continuare ad avanzare senza garanzia di ricompensa,
- 5) GIOIA per poter assaporare tutte le cose belle del camminare insieme
- 6) SPERANZA anche se a sperare c'è il rischio di soffrire; ma è necessario affrontare il rischio, perché il rischio più grande nella vita è non rischiare nulla, chi non rischia nulla non ha nulla, certo può evitare sofferenze e angosce, ma senza speranza non si può imparare, sentire, cambiare e soprattutto crescere.
- 7) E da ultimo quello che io ritengo il numero uno, l'Amore con la A maiuscola che sarà la nostra guida costante giorno dopo giorno.

Con un forte abbraccio ringrazio tutti per l'aiuto che state dando alle persone che si presentano a voi, e a mio cognato, non cambiare. Noi che crediamo in te ti vogliamo tutti molto bene.

R. D.

UN NUOVO STILE DI VITA

Non esistevano dialogo, felicità, armonia e fiducia, tutto era spento, privo di ogni fondamenta. Questo accadeva 5 anni fa..... Infatti ogni tentativo di comunicazione era infondato, ogni momento di quella dura vita era vissuto con angoscia e terrore e la giornata si presentava oscura e interminabile.

Così la mia vita appariva insignificante. Poi, come all'improvviso, tutto cambiò.

Sembrava che qualcosa all'interno di mio padre fosse mutato, ed era così.

Anche se tutto era oscuro, i sentimenti che io provavo per lui erano vivi e profondi e questi erano ricambiati anche se non venivano manifestati esplicitamente.

Forse per questo scattò qualcosa in lui che lo fece riflettere seriamente e lo portò ad una matura decisione: quella di salvare la propria vita e quella di tutta la famiglia.

Infatti dopo 44 giorni di intenso trattamento ritornò pronto per cominciare un nuovo stile di vita. Questo stile però non è così semplice, perché si dimostra perverso e irto di ostacoli, soprattutto nella prima fase di questo lungo cammino.

Anche con 1907 giorni di esperienza penso che non sia mai abbastanza, in quanto ogni giorno si possono imparare cose nuove ed arricchire la propria cultura su questa problematica così diffusa.

Oggi, che mio padre è sicuramente un'altra persona, riesco a sentirmi più sicura, sia di me stessa che nei confronti di lui e della mia famiglia.

Questo perché ho riposto in lui tutta la mia stima e ho constatato che mi è stata ricambiata addirittura con più grinta e sicurezza.

D'altro canto ora riesco a comunicare, cosa che prima non mi riusciva dato che nulla lo interessava.

Ringrazio quindi mio padre di avermi fatto rinascere e riscoprire valori che inizialmente avevo perso.

A.

UNA NUOVA VITA

Non sappiamo esattamente cosa sia scattato nella mente di nostro padre perché si potesse allontanare da uno stile di vita così radicato e brutale che aveva investito lui e noi completamente.

Forse le continue scenate, le lotte che si scatenavano continuamente perché a lui la sostanza procurava una maggiore aggressività e perché noi non abbiamo mai voluto accettarlo sotto quell'aspetto; in noi infatti si

intersecavano sentimenti di affetto, rabbia e odio a seconda delle varie situazioni.

Ad ogni modo, dopo l'ennesima scenata, la presa di posizione di mia madre, che si è rivolta al centro degli Alcolisti Anonimi e successivamente al servizio di Bassano, ha dato una svolta alla nostra vita.

Noi abbiamo sempre considerato nostro padre come una persona retta, buona e onesta, capace di dimostrare sempre un affettuoso e silenzioso amore nei nostri confronti, nonché un esempio da emulare, ma tutto ciò era sempre più spesso offuscato da quel maledetto bicchiere di vino che lo cambiava completamente.

Ma dal momento in cui si ed è stato costretto a fare qualcosa, la sua volontà è stata decisiva per portare avanti questo nuovo corso che tante volte definiamo "fantastico", "inatteso", un bel sogno dal quale non vogliamo più svegliarci.

E' cambiato lui: più sereno, più orgoglioso di se stesso e della sua capacità di controllo, più vicino a noi, più presente, più sorridente e così via.

E siamo cambiate noi, immediatamente appena abbiamo visto che faceva sul serio: gli vogliamo ancora più bene, siamo più tranquille quando esce di casa, finalmente sono uscite quelle qualità che teneva nascoste e delle quali sentivamo rabbiosamente la necessità e la mancanza.

L'incubo era parlargli al sabato o alla domenica, o impedirgli di versarsi un altro bicchiere. Ora non c'è più e vogliamo recuperare tutto quel tempo che abbiamo perduto in litigi assurdi.... forse del tutto perduto no, se è servito a maturare noi tutti e a riavvicinarci ulteriormente.

D. & C.

L'UOMO CON LA U MAIUSCOLA

La mia esperienza: vivere vicino a mio cognato con il problema alcol.

Da un paio d'anni, quasi tutte le sere, tornava a casa dal lavoro senza orari, quando tardava, andavamo a cercarlo. Un giorno ha perso l'orientamento ed è tornato a casa il mattino dopo, nonostante tutte le

ricerche. Aveva crisi di epilessia, non riusciva a comunicare perché l'alcol gli aveva preso anche la parola. Nonostante tutte le promesse ci cascava sempre.

Una sera con mio marito trovo per caso una infermiera che lavora al TIG, mi disse se conoscevamo quel vecchietto che trovava sempre al bar, dovrebbe abitare vicino e voi.... Ci dà dei particolari, ci siamo guardati e ci siamo sentiti una fitta al cuore: era nostro.

Mi disse di poter fare qualcosa, ma non sapeva come avvicinarlo.

Ci siamo fatti spiegare come funziona il TIG, per poter metterci in contatto.

Due mesi dopo mia suocera si ammalò e lui, che vive assieme, si trovò solo, venne a mangiare da noi per un mese.

Quando mangiavamo lui parlava sempre, ripetendo spesso le stesse cose, non si riusciva a capire una parola di ciò che diceva.

Un giorno gli venne una crisi di epilessia al lavoro, ricoverato, sono andata a parlare con il dottore e gli ha proposto di andare al centro alcolisti.

Lui accettò e siccome ci voleva un familiare mi chiese se potevo partecipare con lui. Incominciai a portarlo al TIG, con tanto entusiasmo, ma da sola, senza la partecipazione delle sue sorelle; ho fatto tanta fatica, posso ringraziare Suor Amelia che mi ha dato tanta forza per proseguire.

Quando siamo entrati al Club ci siamo sentiti tutti una famiglia, sebbene mio cognato dopo un anno e mezzo non volle più partecipare, non perché non si trovasse bene, ma per il suo carattere chiuso e per la fatica di comunicare con gli altri.

Nonostante tutto io partecipo ancora al club perché mi ha fatto capire molte cose e non mi sembra giusto abbandonare degli amici quando sono in difficoltà, oppure anche solo per poter stare assieme e darci qualche consiglio.

La mia soddisfazione è quella di vederlo alla sera scherzare con la mamma, cantare e farle delle coccole, parlando con serenità e capendo il significato del dialogo che sta facendo.

Non solo per lui, ma anche per noi che lo stiamo ad ascoltare.

Con questo adesso mio cognato è un Uomo con la U maiuscola.

A.

L'AMICO RITROVATO

Il 24/9/96 è una data che resterà sempre scolpita nei nostri cuori perché quel giorno mio padre usciva in maniera definitiva dall'ospedale e il dubbio grandissimo che assillava me e la mia famiglia era quello di sapere se si sarebbe andati incontro a un periodo buio e senza speranza come quello che avevamo passato negli ultimi anni o ci sarebbe stata una svolta e di conseguenza la nascita di una nuova e più felice famiglia.

Per fortuna che Dio e la grandissima volontà di mio padre hanno permesso che la nostra speranza si avverasse.

Adesso posso dire con orgoglio che più che un padre ho ritrovato un mio grande amico perché è così che io lo vedevo prima che lui entrasse in quel mondo senza uscita dell'alcol.

Io vedevo mio padre come un amico che se avevo bisogno non si tirava mai indietro, però dopo qualcosa si è rotto, perché quella sostanza aveva rapito mio padre portandolo lontano da noi.

Così di colpo eravamo passati da una famiglia unita a una famiglia a pezzi, dove non c'era più nessun dialogo.

Anzi io e mio fratello eravamo arrivati al punto di non voler più parlare con lui e io volevo addirittura abbandonare tutti e andarmene via: questi pensieri fanno molto male ad un figlio se tiene al padre.

Però posso dire con sollievo, che solo dopo aver toccato il fondo si riesce ad apprezzare di più la vita e tutto ciò che di bello essa ti porta a vivere: di tutto questo devo ringraziare mio padre che per fortuna con grossi sforzi sta facendo di tutto per farci stare tranquilli e farci vivere il più serenamente possibile e so che non è facile perché in una società come la nostra chi non beve non è un uomo.

Quindi papà ti ringrazio per tutto ciò e sappi che noi abbiamo riposto tutta la nostra fiducia in te, perché sappiamo che con la tua grinta, la tua volontà e il nostro aiuto ce la farai.

M.

con ALCOL



Chi beve è come una pianta
morta, che abbassa, e che
non ha più né foglie né fiori.



Chi non beve è come una
pianta che fiorisce, fa frutto
ed è così amato dalle persone
con fiducia.

Mio padre, un uomo normale, lavoratore, di carattere buono e sempre allegro, un giorno qualunque non ha più voluto andare al lavoro.

Passa un giorno, un mese, sei mesi, un anno, due anni, il motivo non si sa..... i giorni li passava a casa o in giro a bere, forse era il passatempo migliore per lui, fino a che un giorno, quei due litri di vino al giorno cominciò a non reggerli più, gli "davano alla testa", non ragionava più, diceva cose insensate, urlava senza motivo, così oltre ad essere una guerra fra genitore e figli, era una guerra anche fra di noi.

Non si andava più d'accordo nemmeno fra fratelli, era tutto un litigio, bisticciavamo anche per un nulla, proprio fra noi che eravamo sempre stati uniti. L'alcol era riuscito a farci dividere.

Un giorno abbiamo per caso incontrato il signor L. R. e mia madre gli ha parlato di mio padre e dell'impossibilità che c'era di comunicare tra noi a causa di quel maledetto alcol e R. ci ha invitati a far parte del Club di Romano d'Ezzelino.

Sono passati circa due anni e 9 mesi che frequentiamo tutti insieme il Club di Romano, mio padre è ricaduto 2 volte, ma ora ha 583!!! giorni di astinenza.

In famiglia è ritornata la serenità e con essa la pace, la comunicazione, oltre che con mio padre, anche con i miei fratelli.

GRAZIE AL CLUB SIAMO TUTTI PIU' SERENI E FELICI

Anche se mio padre non è qui che mi può sentire gli auguro di continuare così.....

VAI PAPA' CHE SEI FORTE!!!

La figlia

R.

AL MIO PAPA'

Mi chiamo C., è da quando avevo 12 anni che frequento il club e lo sto ancora frequentando, adesso un po' meno perché ho iniziato a lavorare e faccio i turni, quindi ci vado una volta ogni 15 giorni.

Oggi sono molto contenta del mio papà perché posso giocare, parlare, andare via con lui, chiedergli dei piaceri, a volte anche bisticciare e altre cose.

Ma vi pensate che ben 9 anni fa di tutto questo non avevo niente? Io avevo solo la figura della mamma. Per me il papà, chi era il papà?

Era sì una persona che viveva con me e la mamma, ma a volte era molto cattivo e a volte era buono dolce, ma ero ancora immatura per capire certe cose. Una sola cosa capivo, la paura quando arrivava a casa, era cattivo, quante volte l'ho sentito bestemmiare, litigare con la mamma e vedevo scarpe volare e delle volte pregavo perché non venisse mai sera.

Quanto invidiavo le mie amiche o le mie compagne quando facevamo i compiti assieme, le vedevo chiacchierare o giocare con il loro papà, anch'io sognavo quel giorno e per me era un sogno troppo lontano e invece quel sogno adesso si è avverato.

Così posso dire grazie papà che con la tua buona volontà e con il nostro aiuto sei riuscito a liberarti da quel male che stava distruggendo non solo il tuo corpo ma soprattutto la tua famiglia, che tanto hai faticato per costruirla e in un batter d'occhio la stavi perdendo.

E per concludere ti dico solo alcune cose che ti faranno pensare, quindi se tu dovessi ritornare come un tempo non so se riuscirei ad aiutarti ancora perché resterei troppo delusa, dobbiamo fare ancora tante cose assieme, ma soprattutto perderesti la mia fiducia. Ma poi mi domando perché buttare via nove anni di grande, grandissima felicità? E un domani chi guarderà i tuoi nipoti? Quindi papà pensaci.

Tua C.

RICORDO...

Sono G., ho 42 anni, sono arrivata al Club disperata senza più niente in cui credere.

Il problema come alcolista l'aveva R., mio marito, i problemi di come affrontare la vita di tutti e due.

Quanta strada è stata fatta da allora, anche se sono passati solo sette mesi.

R. ha smesso di bere e io con i miei problemi di depressione ho cominciato a migliorare.

Il Club è stato per me fonte di ricchezza e salvezza, sì salvezza perché assieme a tutti gli amici del Club, io e R. abbiamo ricominciato, anche se con grande difficoltà, a riprendere a vivere.

Ognuno ha la sua storia, il suo passato che può essere più o meno pesante, io vivevo nel passato e nei suoi drammatici ricordi. Non mi ero accorta oppure non volevo accorgermene, che R. beveva sempre di più (forse perché non volevo affrontare la realtà o forse perché rivedevo in lui il ripetersi di una storia già vissuta con mio padre), poi anche se con difficoltà abbiamo deciso di affrontare il problema e cosa fare per risolverlo.

Entrare a far parte del club è stato il momento fondamentale di svolta e di cambiamento, per tutti e due.

Oggi ho ripreso a lavorare, riesco a dialogare ed a uscire un po' più spesso rispetto a prima. R. non beve più ed è ritornato quello di una volta, con una differenza che con la sofferenza si impara a crescere molto di più, e quindi adesso le giornate che viviamo sono più piene, perché anche le piccole cose che facciamo hanno per noi un significato diverso.

Grazie al mio Club e grazie a tutti gli amici che ne fanno parte, per averci insegnato a vivere. Ci metteremo tutto l'impegno per camminare assieme con giorni che saranno un po' bui, ma anche con giorni di grande gioia.

Adesso il nostro appuntamento più importante è il martedì, dove c'è sempre confronto con le varie situazioni che man mano vengono poste, e con tutti i momenti anche di allegria e di voglia di stare assieme,

Arrivederci a tutti i martedì.

G.

LETTERA PER IL CLUB

Ciao a tutti,

Sono N. e scrivo per dire a tutti i partecipanti al Club di avere imparato tantissime cose da voi, anche se ho partecipato solo un paio di volte.

La prima volta che sono entrato da quella porta mi sono sentito investito da un calore e un affetto fortissimo, si avvertiva che qui dentro c'erano persone con una vita un po' travagliata e difficile ma pieni di fiducia e speranza.

Persone in grado di ripartire da situazioni difficili e tornati a vivere una vita normale, tutti accumulati dal fatto di aver passato quel maledetto tunnel che è l'alcol e dentro il quale ci sta passando mio papà.

Ma voi mi avete insegnato ad aver fiducia, a non mollare e credere in se stessi perché l'unica forza su cui possiamo contare viene da dentro di noi e dall'amore dei nostri famigliari.

Vi confido che prima di Natale io e la mia famiglia abbiamo vissuto dei bruttissimi momenti a causa di mio papà, ma ora abbiamo aumentato ancora di più i nostri sforzi in questa lunga lotta per fargli capire che bere fa male e che non porta a nulla di buono, soltanto a un lento morire. E i risultati piano piano si stanno vedendo e spero migliorino ancora, anzi devono.

Si vede che non è più quello di prima, è più socievole, scherzoso, passa più tempo con noi figli, insomma è proprio una persona diversa.

Ma aspettiamo a dire che il peggio è passato perché non è così, l'alcol è duro da sconfiggere, e come ho ascoltato da alcune vostre testimonianze, è sempre in agguato, pronto a colpire nei momenti in cui si è giù e deboli.

Ho sperimentato insieme ai miei famigliari quali sono gli effetti che esso produce sulle persone e ho capito che non avrei mai più voluto vedere mio papà in quelle condizioni.

Per questo mi sono impegnato ad aiutarlo perché gli voglio bene e pretendo che ritorni la persona squisita di sempre, quella che io conosco, e che non indossi più quella brutta maschera che l'alcol gli fa assumere.

Un grazie di cuore a tutti.

N.

CARO C..

Se penso al passato, ricordo con molta amarezza e dolore la nostra vita che trascorreva così, senza un significato, senza assaporare insieme le gioie e le paure che essa ci proponeva, ed unico motivo di questa tua permanente assenza era l'alcol.

Non riuscivi o forse non ti rendevi conto, dei giorni, delle ore, dei minuti che passavano senza crescere interiormente, senza saper affrontare tutto ciò che era bene o male. E con il tuo comportamento, ma da sottolineare, non voluto da te in quanto era l'alcol che ti faceva reagire in quel modo, condizionavi anche noi, il nostro modo di fare e di vedere le cose. Tutto era nero, buio e nessuno sprazzo di luce illuminava la nostra vita.

Ricordo i giorni dei nostri compleanni, o meglio, quando tu festeggiavi il tuo giorno di nascita. Approfittavi del fatto che era la tua festa per bere più del solito, non ti interessava cosa noi provassimo nel vederti in quello stato, che ora solo a pensarci mi appare impossibile da credere. Ero terrorizzata dal pensare che domani fosse il 16 gennaio.

Ma a pensarci bene quello non era un giorno particolare, era uno come tutti gli altri: non andavi a lavorare, come il tuo solito, ti recavi al bar e ci restavi per tutta la mattinata e poi tornavi a casa in quelle pietose condizioni, andavi a letto e ti rialzavi per andare ancora a bere fino a sera.

Ora invece è diverso rispetto agli anni precedenti; ora non urli, non spaventi. Noi tutti siamo contenti del tuo cammino e si spera nella tua buona volontà, che sia sempre costante e che ci sia sempre la piena convinzione delle tue azioni.

Ma è rimasto, d'altronde come in ogni cosa, del negativo. Il tuo comportamento non è dei migliori, non riesci a rispettare gli altri: e questo è grave in quanto ormai dovresti essere pienamente responsabile dei tuoi modi di agire.

Cerca allora di riflettere e spero che questa lettera sia uno stimolo per farti cambiare. Ma non dimenticare: sono felice di che cosa finora tu hai fatto ed inoltre continuerò a sperare, perché in te ho riposto la mia fiducia!!!!

Tua E.

GRAZIE AL CLUB

Mi chiamo V., ho 12 anni e da un anno frequento il Club. Senza il suo aiuto non so che fine avrebbe fatto il mio papà e tutta la mia famiglia.

Ero piccola quando già questo problema del papà iniziava ad ossessionarmi, e ormai nella mia famiglia non c'era serenità e felicità, tanto che i miei genitori erano arrivati alla separazione.

La mattina, quando andavo a scuola, le mie amiche ridevano e scherzavano tutte insieme, io invece mi chiudevo in me stessa, e quella volta che ridevo sapevo che quelle risate si sarebbero trasformate in un inferno.

La sera, quando papà tornava dal lavoro, sapevo già cosa sarebbe successo in casa, quindi non facevo altro che piangere e avere tanta rabbia dentro di me, perché quando andavo a casa di un'amica, vedevo che fra lei e suo papà c'era dialogo, invece fra me e mio papà non c'era niente.

Mi veniva il terrore anche quando festeggiavo il mio compleanno, perché avevo paura che mi facesse fare una figuraccia davanti alle mie amiche, questo è successo tante volte e a questo punto, mi vergognavo anche di avere un papà così.

Fino ad un anno fa cercavo poco papà perché credevo che mi volesse meno bene e la cosa più importante per lui fosse la bottiglia di vino o di qualsiasi altro liquore.

Ma oggi e spero per sempre, ho ritrovato la gioia che negli anni passati non ho mai avuto e tutto questo l'ho potuto avere grazie all'aiuto della mia famiglia, ma soprattutto grazie all'aiuto del Club.

V.

COME E' CAMBIATA LA NOSTRA VITA

E' successo tutto qualche anno fa, quando ancora non sapevo che cos'era l'alcol, che cosa aveva mio padre. Eravamo in ferie, ero andata al bar con mio padre e ad un tratto lo vidi a terra, non sapevo cosa fare, mi misi a

piangere e corsi subito verso la mia mamma, gridando ad alta voce: “è morto”.

Mi dissero che non era niente di grave. Dopo varie crisi, vari ricoveri all’ospedale, capii che l’alcol era una droga per papà.

Da lì cominció una vita da cani, si ubriacava, alla sera veniva a casa cominciava a bestemmiare, a volte alzava le mani con mia madre, non sapevamo cosa fare, stavamo sempre in un angolo della casa, qualche volta a piangere.

Ad un tratto mio padre cominciò qualche volta a dormire fuori la sera, fino a che cominciò a fare la vita del “barbone”. Per alcuni mesi visse sotto un ponte, fuori, con freddo, caldo, pioggia..... chiedeva l’elemosina in giro, chiedeva il cibo dappertutto, raccoglieva i mozziconi di sigaretta per terra, insomma una vita “da cani”.

Finchè un bel giorno telefonò a casa dicendo che era stanco, non ce la faceva più a vivere e ci disse di andarlo a prendere e portarlo all’ospedale.

Da quel giorno la sua vita cambiò totalmente: cominciò a frequentare vari gruppi di alcolisti che lo aiutarono molto a venir fuori da questa droga.

In famiglia cambiarono moltissime cose, eravamo più tranquilli e papà ebbe la fortuna di trovare lavoro:

Ora è contento di quello che fa, di quello che abbiamo. Noi (famiglia) e i gruppi siamo veramente contenti di aver spinto una persona tanto cara “fuori dalla morte”.

Grazie a tutte le persone che ci hanno aiutato e che tuttora lo fanno.

Grazie a tutti!!!

LETTERA A MIO FIGLIO A.

Io non posso dire molte cose riguardo alla vita del Club e delle sue finalità, ma ho potuto constatare da un po’ di tempo che mio figlio A. ha avuto dei piccoli miglioramenti.

Si prende più cura di se stesso, della nostra casa e del lavoro, tutte cose che possono sembrare delle piccolezze ma che per me significano molto.

Significano molto per me stesso, perché ad un padre fa senz’altro piacere vedere un figlio presentarsi bene alla vita, ma se continuerà così come mi

auguro di cuore, saranno cose che potranno significare molto, soprattutto per lui in futuro.

Con queste poche righe colgo l'occasione per ringraziare tutti voi dell'aiuto e interesse che dimostrate nei confronti di mio figlio.

Tanti saluti.

G.

CARO PAPA'..

ti scrivo questa lettera per spiegare sulla carta dei pensieri che non ho il coraggio di esprimere a voce.

Prima di tutto desidero ringraziarti per aver smesso di bere.

Ricordo che certe sere arrivavi a casa irriconoscibile! Non parlavi oppure parlavi a sproposito, non dormivi o dormivi troppo, non mangiavi....

Tutto per aver alzato il gomito. Io non so perché bevevi, ma penso che ti ho lasciato tanto solo.

Ad esempio: quando arrivavi la sera mentre cenavi avrei potuto venire a chiederti come era andata la giornata di lavoro, invece di chiudermi in salotto a guardare la TV con C..

In casa nostra, lo sai bene, a parlare (e chiacchierare) sono bravissime le donne, mentre noi maschi diciamo solo lo stretto necessario.

Suor Amelia però , ci ha fatto capire che in una famiglia il dialogo è importante e che i silenzi aggravano i problemi.

Se non c'è dialogo non c'è famiglia: succede che ognuno diventa egoista, non partecipa più alla vita -gioie e dolori- degli altri e la famiglia diventa solo un gruppo di estranei.

A casa nostra il peggio è finalmente passato e, anche se ti ha lasciato qualche cicatrice, adesso è il momento di guardare avanti.

C'è ancora qualche impegno da affrontare: rinunciare anche al fumo che ti rovina, per te, impegnarmi di più a scuola, per me. Io non voglio assolutamente avere un papà-ciminiera! E' per questo che quando accendi

una sigaretta ti invito a rinunciare: in fondo è un bene prima di tutto verso se stesso!

E poi mi spieghi che gusto c'è ad aspirare aria da un cilindro di carta pieno di tabacco di paglia?

Spero che questa lettera ti faccia riflettere.

A.

PAROLE SINCERE

Alla sera
è bello vederti arrivare
con un'aria serena,
caro papà.
E' un'aria che mi piace.
L'aria di casa è importante:
mi aiuta a crescere bene,
incoraggia A. a guardare avanti,
fa vivere meglio anche la mamma.
Non avvelenare quest'aria
con le tue sigarette.
Mi piace il profumo
dei fiori del nostro giardino.
Voglio sentire l'aroma
delle erbe del nostro orto.
Il tabacco è una pianta
che ha un brutto odore
e le sigarette non sono proprio
belle da vedere.
Se smetterai anche di fumare
l'aria di casa nostra
sarà più pulita e luminosa
per te e per tutti noi.

C.

CON LA PAZIENZA E CON L'AMORE

Io E. con queste due righe voglio esprimere i miei sentimenti, che provo ora senza la presenza di C.; questi due anni passati al Club con voi sono stati per me un regalo perché avevo perso ogni speranza di poter essere ancora felice; trovare serenità e un po' di pace:

Ringrazio il Signore che se C. fosse mancato anni fa non avrei trovato la forza della rassegnazione, perché mi sarei sentita una fallita, invece con la pazienza e con l'amore anch'io ho passato dei momenti felici e sereni.

Voglio farvi una promessa, anche in ricordo di C.: partecipare a queste riunioni il più possibile. In questi anni ho ricevuto tanto, ora vorrei fare qualcosa anch'io per voi, con le mie poche capacità di esprimermi, ma con la mia presenza e tutto il mio affetto che ho per voi... E Vi dico grazie di tutto cuore.

E.

CARI GENITORI

Cara mamma e caro papà,
Non sono mai stata brava a scrivere lettere e in italiano, voi lo sapete meglio di me, con i voti che prendevo a scuola, quindi scusatemi tutti sin d'ora dei miei errori.

Non è molto facile scrivere una lettera per i miei genitori, anche se forse sembrerebbe il contrario.

Certe cose, si sa, fra figli e genitori non si dicono mai, io ve le scrivo per la prima volta.

Vi scrivo che ho riscoperto i genitori non da quando sono nata ma da quando mio padre ha riscoperto il club e i suoi fantastici componenti; da lì ho cominciato una nuova vita: siamo rinati nuovamente, da lì è cominciato un nuovo cammino, un cammino insieme.

Spero che il ruolo di FIGLIO continui così anche quando avrò cent'anni.

GRAZIE MAMMA E GRAZIE PAPA'

R. V.

SONO F.

Sono F. e ho 11 anni. Quando la mia mamma ha iniziato a frequentare il club, tornava a casa e mi raccontava un po' quello che si diceva.

Tanta piccole storie di famiglie che erano disperate e che adesso sono felici grazie all'aiuto del Club.

Allora mi sono convinta che c'erano delle persone, o meglio degli amici che già volevano bene alla mia famiglia senza neanche conoscersi e in qualche modo erano disposti ad aiutarci ed ho capito che era giusto incontrarli.

Adesso sono felice di frequentare il Club, ma sono soprattutto fiduciosa.

Spero che presto anche il mio papà venga al Club, così insieme potremo ritrovare la serenità che ci manca.

F.

AL CLUB

Sono la moglie di U., un alcolista in trattamento nel club di San Giuseppe.

Io e mio marito frequentiamo il Club da oltre due anni, ma il nostro cammino non è facile per le ricadute di mio marito e la mancanza di sincerità nell'ammetterle.

Però non è mai stato rimproverato dai componenti del gruppo, ma spronato a continuare il cammino intrapreso, chiedendo aiuto con sincerità, mettendosi disponibili in qualsiasi momento ne avessimo avuto bisogno.

Questo atteggiamento da parte degli altri componenti del Club è un valido aiuto morale e non ci sentiamo più soli in questa lotta,

Ci aiuta l'esempio di tutti, da quelli con anni di astinenza, agli ultimi arrivati ed anche quelli che ci hanno lasciati per il cielo, lasciando in noi un caro ricordo che va aldilà della vita terrena.

Fra tutti noi al Cat è nata una amicizia vera, che continua anche fuori del Club e questo lo dobbiamo soprattutto alla nostra operatrice Umbertina e al suo esempio di grande disponibilità e pazienza.

Grazie a tutti.

A. R.

IL CAMMINO DI MIA MADRE

Il mio grande sogno si è avverato più di quattro anni fa, quando mia madre ha smesso di bere.

Da quel giorno la mia vita è stata piena di soddisfazioni.

Quando iniziai ad accompagnarla al T.I.G., mi faceva tenerezza, mi sembrava una bambina indifesa, ma col passare del tempo ho scoperto in lei una grande donna.

Questo trattamento intensivo ha fatto capire a mia madre che l'alcol è il peggior nemico per la salute dell'uomo e che esso può distruggere un'intera famiglia.

Dopo circa tre mesi abbiamo cominciato a frequentare il Club, lasciando un po' tristemente i vecchi compagni del T.I.G..

Fortunatamente mia madre ha ritrovato una seconda famiglia ed io ne sono felice.

In questo Club ha ricevuto amore, comprensione, aiuto e tanta voglia di aiutare il prossimo.

Grazie alla sua volontà, all'amore della famiglia e di tutto il Club, mia madre prosegue bene e spero che questo cammino continui per l'eternità, dimostrando anche alle persone più deboli, che da questo tunnel si può uscire e ritrovare la luce.

Grazie mamma, tua figlia.

UNA NUOVA VITA

La persona a cui voglio più bene di tutti in questo momento è mia sorella F., non perché sia carina, simpatica o per altri motivi di questo genere, ma perché è riuscita in poco più di un mese a fare ciò che molte persone hanno tentato per anni; riuscire a far sì che mia madre smettesse di bere.

Da un po' di tempo infatti era diventata insopportabile, era quasi impossibile discutere o anche semplicemente parlare, infatti per lei non esisteva che l'alcol e la sua mente era offuscata da esso.

A causa di questo vizio stava diventando intrattabile, chiusa, e le poche cose che diceva, se le diceva...erano insensate.

In quel lungo e doloroso periodo, l'unica persona a cui potevo esporre le mie esperienze e i miei sentimenti era solo mio padre il quale cercava di farmi anche da madre.

Purtroppo il rapporto non andava male solo con me, ma anche con il resto della mia famiglia, infatti c'era di continuo un'aria di litigi e di scenate a causa dell'alcol.

Mia madre non voleva, o per meglio dire non riusciva ad accettare il fatto di essere una bevitrice assidua, forse perché il suo animo non glielo permetteva o per altri motivi di cui sono all'oscuro.

Adesso però so che cosa vuol dire avere una madre, ho scoperto che nel mio animo le ho sempre voluto bene, sebbene non l'avessi mai saputo in modo diretto.

Continuiamo ancora a litigare, a causa del mio comportamento poco rispettoso nei suoi confronti, ma ci vogliamo bene e spero con tutto il cuore che continui così, l'unico problema che mi si pone ancora è sdebitarmi con F.

Avendo vissuto per un lungo periodo il problema alcolico, una sola cosa mi sento di dire: MAMMA TI VOGLIO BENE!!!

C.

IL CLUB E' UN BENE COMUNE

Il Club è un bene comune perché tutti siamo parte di tutto quello che ci circonda. Si frequenta innanzitutto per essere in pace, prima con se stessi, poi con gli altri e tutto ciò è motivo di arricchimento per le nostre famiglie, è un impegno che dobbiamo prendere insieme perché il problema alcol non riguarda la singola persona ma crea disagi anche a tutta la famiglia. Al Club si parla e si discute sulla vita, per cui impariamo a comportarci diversamente e così via via a vivere più felici. Tutto questo ci stimola a crescere, a maturare.

La vita è importante, bisogna viverla nel migliore dei modi, è un nostro dovere; nella vita si sbagliano tante cose e se non si può tornare indietro, si può riparare e, con l'esperienza, donare una vita piena anche a chi ha avuto la sfortuna di perdere un tratto di strada a motivo dell'alcol. Soprattutto dobbiamo però estendere il più possibile le nostre informazioni per preparare e appianare la strada ad altri amici incappati nella stessa sfortuna.

Purtroppo queste sono parole che spesso cadono a vuoto perché non a tutti si riesce a farle capire e così si continua legati e schiavi dell'alcol.

La famiglia però non deve mai arrendersi ma deve continuare ad arricchirsi frequentando il Club perché così sarà più forte e avrà motivo di avere sempre una speranza in più perché la vita è lunga e, se la speranza ci sorregge, prima o poi qualcosa cambierà.

Anch'io a volte darei un taglio a tutto, perché mi sento stanca e annoiata, ma poi, quando penso al calore che ho a casa, questo mi rende felice e mi fa pensare al Club.

Alle prime esperienze, quando vedevo che mio padre era sempre più convinto e determinato, quando vedevo che al Club tutti erano e sono una famiglia, allora grazie a tutti anch'io posso avere un papà e una famiglia come una volta.

Tutti a volte desideriamo arricchirsi di soldi, di potere, ma guardando in faccia la vita, ci arricchiamo molto di più di emozioni e soddisfazioni che ci vengono da certe frasi dette da chi prima neanche si conosceva. Qui si vede la gente che vive veramente, purtroppo nel mondo c'è ancora tanta gente da salvare ma per fortuna ce n'è anche tanta che vuole aiutare e lo vuole fare. Noi non dobbiamo morire mai!

T.

IN RICORDO DEL CARO VINCENZO

E' deceduto Vincenzo.

Chi era? Uno degli "ultimi", che attraverso l'amore e il rispetto del prossimo che molti di noi, in silenzio, e con tanta buona volontà, sacrificando tempo e famiglia, mettendosi in gioco, gli hanno fatto salire la scala della dignità e del rispetto.

Al suo funerale una quindicina di noi e il parroco di Pove.

Alla domenica nella sua omelia Don Romeo (il Parroco di Pove) ha ricordato ed elogiato la nostra Associazione e i Volontari per quello che sanno dare senza rumore, senza chiedere elogi, interpretando così lo spirito della vera carità.

Tutto questo mi ha reso orgogliosa, ma la mia non è auto- incensazione, ma una piccola richiesta: tendiamo con un sorriso le nostre mani e restituiamo un po' di quello che altri ci hanno regalato.

E Vincenzo? A lui un arrivederci....

Maria

CAMBIAMENTO

In questi cento giorni che ho frequentato il gruppo ho capito molte cose, del perché della mia dipendenza.

Grazie a tutti i collaboratori, grazie alla Dottoressa, alla Sig.ra Celin e anche, soprattutto, a mia moglie, che ringrazio di cuore.

Per smettere definitivamente di bere, una cosa è certa, dipende soprattutto da noi.

Lo so, è dura. Bisogna cambiare il sistema di vita.

Un'altra cosa indispensabile è quella di frequentare il Club, cioè amici che hanno avuto lo stesso problema, altrimenti non ce la facciamo.

Tre anni fa mi ero proposto di non bere più, ma non avendo il supporto del Sert e del Club, dopo sette mesi sono ricaduto.

Ho ripreso, aiutato dal gruppo, ed ho capito che solo frequentandolo ce l'avrei fatta.

Sembra impossibile che la banalità del bere, porti tante conseguenze in famiglia e fuori della stessa.

Disguidi, incomprensioni, distruzione della nostra personalità.

Io credo in Dio, voglio sperare che mi aiuti a superare questo vizio definitivamente, perché noi ci troviamo in prima linea.

E' una lotta continua ed accanita perché le occasioni sono moltissime.

Di nuovo rinnovo il mio ringraziamento ed auguro a tutti di non ricadere mai più.

Tanti saluti.

A.

ANDATA E RITORNO ALL'INFERNO, ATTRAVERSO UNA MENTE DISTORTA DALL'ALCOL

Una storia come tante, ma ognuna con la sua particolarità. La mia comincia quando il fisico non più giovane, comincia a traballare sotto i colpi dell'alcol.

Il primo a risentirne è il cervello dove si annida l'ossessione per un bere non più controllato, gli spazi tra una bevuta e l'altra diventano sempre più esigui fino ad arrivare a occupare la mente tutte le ore, tutti i minuti della giornata ed ecco l'inferno.

Una condizione dove ci si sente angosciati, privi di energie, senza speranza. Il tempo scorre lentamente, lo spazio sembra restringersi in modo opprimente, impedendo di vedere al di là di noi stessi. Si ha la sensazione che questa condizione oscura durerà per sempre. E' in questo momento che uno decide se vivere o morire. Io ho scelto di vivere.

Ed ecco il primo miracolo. Attraverso i gruppi di sostegno per alcolisti comincia un lento ma continuo cammino verso la normalità che dura più di sei anni. Poi quando si è letteralmente dominati, dai "desideri", la vita diventa un continuo affannarsi per ottenere qualcosa. E per riuscirci si può essere disposti a passare sopra tutto e tutti. Ma una volta ottenuto, la soddisfazione è breve: un nuovo desiderio subito si affaccia.

E la rincorsa continua in un vortice di voracità. Ora i miei istinti naturali hanno il sopravvento sulla ragione e il mondo "il mio mondo" costruito a doc con egoistica meticolosità crolla sotto il primo inconveniente, finisce così la mia gioia di vivere ed ecco di nuovo l'inferno. Un'agonia che dura da diversi mesi, dove la coscienza si interroga, non accetta la disfatta.

Tento tutti i trucchi per nascondere la ricaduta, non l'accetto, ma è troppo evidente e devo cedere davanti a tre ricoveri in soli due mesi. La mia mente è però troppo malata, il periodo di una sola settimana per ricovero è troppo breve, devo trovare il posto adatto alle mie condizioni ed è così che approdo all'ospedale di Auronzo nel reparto di alcologia.

Un lungo mese ecco cosa c'è voluto per ristabilire i contatti con il mio cervello malato. Lì ho ritrovato una vita equilibrata grazie alla disponibilità e professionalità di tutto il personale. Ha trovato spazio la calma (anche qualche farmaco) il buon senso, l'autocontrollo.

Il mio ritorno a casa e nel mio mondo, non è stato subito tra i più facili, per le tante incomprensioni verso mia moglie e sul mio "modo di vivere".

A far superare questo ostacolo che sembrava insormontabile, è stato la frequenza al Cat di Bassano, dove ho trovato persone speciali, pronte ad ascoltarmi e darmi qualche consiglio.

Ho pure ritrovato una vecchia amica (vecchia non nel senso anagrafico) Umbertina.

Il mio racconto finisce qui, ma non il mio viaggio verso la sobrietà e il biglietto di ritorno a questo meraviglioso viaggio che è la vita, me l'ha dato il mio Club, per averlo, basta entrare e timbrarlo per sempre.

D.

CAMBIAMENTO DI STILE DI VITA

Il cambiamento di stile di vita, è indispensabile nelle persone soggette ad alcolismo o da altre forme di dipendenza.

Se in un alcolista non avviene il cambiamento di stile di vita è solo uno che si astiene dal bere, ed è molto facile che ricominci a bere.

Il cambiamento non è facile da raggiungere e ci possono volere anni per arrivare a questo obiettivo, ma è l'unico modo per restare sobri per sempre.

Per me il cambiamento è stato una cosa che mi ha aiutato a sentirmi bene fisicamente, ma ci sono momenti più difficili in cui faccio più fatica a mantenere la sobrietà, perché i miei problemi e pensieri sembrano insormontabili.

M.

UN NATALE LIETO

Con stupore mi accorgo che è già il secondo Natale che passo in modo sereno e tranquillo, mi stupisco perché da parecchio tempo non riesco a essere rilassato.

La paura che mi prendeva ogni qualvolta che si avvicinava questa grande festa era tanta, mi chiedevo: come andrà a finire questa volta? Quante brutte figure dovrò fare? E via di questo passo.

Ora tutto questo è passato e spero ardentemente di poter continuare a festeggiare questo avvenimento sempre con gioia e serenità.

Tengo a ringraziare mia moglie per quanto ha fatto perché posso dire sinceramente che oltre ad avermi stupito per la sua tenacia, mi ha ridato un ottimo motivo per credere ancora nella famiglia.

Ringrazio tutti coloro che ci sono stati vicini e colgo l'occasione per porgere tanti auguri di Buon Natale e Felice Anno Nuovo.

P.

1989.. INIZIO DI UNA NUOVA VITA

Mi chiamo L. e il trattamento contro l'alcol l'ho iniziato il 16 marzo 1989.

Con grande soddisfazione e orgoglio oggi sono qui a festeggiare i miei 20 anni di astinenza e con l'aiuto della mia famiglia e di tutti voi spero di riuscire a superare questo mio traguardo.

Nel percorrere questo lungo cammino, e negli anni trascorsi assieme, ho riscoperto la fiducia, la stima di me stesso e la gioia di vivere.

E' per questo che con grande affetto voglio ringraziare e ricordare tutti quelli che abbiamo conosciuto nel nostro Club.

Il percorso è lungo e molto tortuoso, ma è stato proprio grazie a voi e alla mia famiglia se oggi sono qui a raccontare con serenità la mia storia, proprio perché da solo non ce l'avrei mai fatta a superare i vari problemi.

In questo modo ho riscoperto che vale la pena di essere vissuta...

Oggi io ho la fortuna di festeggiare il traguardo raggiunto, sapendo però che ho ancora molto da dare, devo aiutare tutti coloro che come me hanno bisogno di cambiare lo stile di vita.

Voglio terminare questo mio pensiero, col cuore colmo di gioia, ringraziando tutta la mia famiglia e tutti coloro che mi hanno sostenuto e voluto bene.

Con affetto

Un grazie a Suor Amelia per aver condiviso questo mio traguardo insieme, e per questo siamo sempre più convinti che amare non è dare, ma donarsi agli altri è ciò che muove la vita e l'amore.

L.

NELLA VITA DI...

Nella vita di un alcolista ci sono cose e fattori che ti portano alla deriva. Questa cosa è causata dall'amico alcol, che ti dà quella carica e così trascuri quelle cose che possono essere: il rapporto di coppia, i familiari e tutti quei fattori che ti circondano.

Per sconfiggere questo presunto amico che crea solamente danni, dobbiamo avere forza e buona volontà, se facciamo tutto questo saremo in grado di "rinascere a nuova vita" e avremo sconfitto quel nemico che ti porta a cose veramente drastiche.

Prima di tornare al tema che questa sera trattiamo, ho scritto queste cose perché anch'io mi trovavo in questa situazione e con queste due medicine che sono essenziali, sono riuscito ad uscire da questo tunnel, tutto questo può essere uno stimolo per cambiare stile di vita. Per raggiungere questo

traguardo però dobbiamo essere coerenti con noi stessi e dopo con gli altri, per raggiungere questo scopo bisogna essere umili, fiduciosi e in armonia con tutti.

Durante il mio percorso di astinenza (18 anni) ho cercato di osservare queste cose, però sono riuscito a raggiungere questo traguardo in maniera non del tutto come avrei voluto io, cioè essere in grado di avere più dialogo con i miei familiari, e con le altre persone.

Speriamo di superare questo problema e così anch'io avrò stabilito una cosa veramente grande in tutti i sensi.

F.

CLUB AIRONE

Mi chiamo F., faccio parte del Club Airone di Romano dal mese di aprile 2002, mi trovo benissimo, penso che questo Club vada bene soprattutto perché esce un po' dagli schemi ormai superati.

Con questo voglio dire che la nostra operatrice sta facendo la cosa più bella che un operatore possa fare, incrocia l'amore con il rigore, l'allegria con la rettitudine.

Così facendo noi membri del Club ci sentiamo veramente in una famiglia allargata dove si parla di tutto, e si discute con rispetto e sincerità.

Il mio è stato un ritorno al Club in quanto sono uno dei più anziani di questo percorso, ho iniziato a frequentare il T.I.G. in agosto 1989, dopo 3 mesi sono stato inserito nel Club di Rosà, dopo un anno mi sono spostato al Club di San Giuseppe, nel 1994 ho abbandonato tutto.

Fino all'Agosto del 2000 tutto è filato liscio, per anni mi sono segnato i giorni nel calendario.

Mia mamma nel 2000 cominciò a perdere la memoria nonostante fosse ancora giovane, non essendo sposato e non avendo fratelli sono caduto in depressione, e qui ho sbagliato a non tornare al Club, proprio io che sono stato uno fra i tanti fondatori dell'ACAT, che sono andato a Interclub e che ho letto moltissimi libri e aiutato anche molte persone.

Nel 2001 un primario neurologo mi comunicò che mia mamma era ammalata del morbo di A..., lascio a voi immaginare come mi sono comportato con l'alcol, ho fatto delle ricadute dopo il reinserimento al Club, sempre portate a conoscenza del gruppo.

A proposito di queste ricadute, vi do un consiglio, non vergognatevi di ammetterle, la sincerità va al primo posto, e al tempo stesso gli altri componenti del Club non devono mai criticare né condannare, ma aiutare, capire perché è successo questo.

A volte la persona un po' debole se si sente osservato o lanciato qualche frecciatina tipo: "Quanti giorni di astinenza hai? 50, Siamo sicuri?", oppure "Come hai passato la settimana? Bene! Ho i miei dubbi.." questo atteggiamento fa sì che un giorno la persona interessata o ti risponde per le rime o abbandona, e qui ad avere fallito è stato il Club.

Al Cat Airone ci sono persone valide, ad esempio una signora che con il tempo diventerà operatrice, certo se questa lo farà io non lo so.

Non si deve abbandonare il Club come diceva Hudolin, si smette di frequentare il Club quando arrivano i fiori, che noi non vediamo, cioè quando moriremo.

Ora mi sembra che l'Acat vada bene, che ci siano operatori validi, ma soprattutto che ci sia intesa fra Sert, Usl e Acat, queste tre strutture devono fondersi e diventare un tuttuno nella collaborazione, nella difficoltà, nella formazione degli operatori e soprattutto essere unite nei programmi e nei progetti.

L'arma vincente è la collaborazione, concludo augurando a tutti i Cat e ai loro componenti di continuare ad avere fiducia nella metodologia, la quale sicuramente porterà i suoi frutti e noi ritorneremo ad essere persone libere, autonome e soprattutto orgogliose di avere scelto la strada giusta.

Il Vostro Amico

F. D. B.

RIASSUNTO...

Io sottoscritto prima del riassunto della propria vita passata, voglio specificare il motivo della mia scelta di partecipare a questo trattamento presso questa comunità.

Sono qui per cercare di ritrovare me stesso, perché ultimamente avevo perso il valore della vita.

Per me andava tutto bene, senza problemi, senza doveri, facevo quello che volevo senza badare i consigli degli altri e, purtroppo, mi sono ritrovato in queste condizioni precarie.

Dunque, riassumendo la mia vita passata.

Mi sono fidanzato all'età di diciassette anni, passati tre mesi dal congedo, la mia fidanzata rimase in stato interessante.

Decidemmo di sposarci, il 16-11-1968, siamo andati ad abitare vicino a mia madre.

Il 13-4-1969 nacque R., tutto procedeva bene, l'anno dopo 13-4-1970 nasceva M., cominciarono i primi problemi.

A mia moglie non piaceva il posto dove abitavamo e si prese un forte esaurimento nervoso, abbiamo cambiato di casa e siamo andati ad abitare nel paese di origine di Lei.

Tutto procedeva abbastanza bene, nel 1975 nacque M..

Purtroppo nel mese di marzo 1976 Mara moriva per un blocco cervicale.

La vita continuava abbastanza bene e nel mese di Febbraio 1977 nasceva il quarto dei figli, A..

Dopo due anni la ditta dove lavoravo chiuse i battenti, è allora che feci il primo grosso sbaglio della mia vita. Mi misi in proprio, troppo tempo libero e cominciai a bere più del solito, nel frattempo dove abitavamo crollò il tetto.

Con l'aiuto del Comune che ci mise a disposizione un appartamento, da qui cominciano i guai seri, io lavoravo sempre meno e bevevo sempre più.

Il 4 Ottobre 1984 ci siamo separati, i figli sono rimasti con la madre e io mi sono messo in disparte in comune accordo.

Da allora ho cominciato la mia vita solitaria, andando ogni giorno sempre peggio e bevendo sempre più. Erano più le volte che rincasavo malconco che quelle che arrivavo con le mie gambe.

Una sera sono caduto e mi feci molto male, per fortuna passava da quelle parti una coppia di fidanzati che mi trasportarono al pronto soccorso.

Sono stato ricoverato nella sede staccata di neurologia per 15 giorni, dove mi hanno disintossicato.

Uscito dall'ospedale ho rigato dritto per circa due mesi, poi ho ricominciato a bere di nuovo, andavo sempre peggio, allora mi convinsero di ricoverarmi presso l'ospedale di Cittadella.

Ne uscii come nuovo, ma durò poco e ripresi a bere fino a toccare il fondo.

Andare al lavoro o no era lo stesso, idem andare a casa a dormire o fare le pulizie domestiche, oramai la casa era ridotta ad un letamaio.

Una sera andando a pesca di frodo mi infortunai una gamba, da allora capii che non era vero che non avevo bisogno di nessuno, avevo bisogno di tutti.

Durante il ricovero venne a farmi visita la Chiara Cellin, Assistente Sociale della mia città, e mi propose di venire qui ad Auronzo per questa cura, mi disse che i miei fratelli erano d'accordo e mi avrebbero offerto il loro appoggio.

Accettai con buona volontà, anche se non sapevo cosa mi aspettava.

Il giorno 9 settembre sono entrato in questa comunità accompagnato da mio fratello Antonio, in questi giorni di permanenza mi sono fatto l'idea di aver intrapreso la strada giusta.

Già in pochi giorni ho ritrovato la serenità, la voglia di vivere, di cercare di tornare quello che ero una volta.

Penso che riuscirò seguendo i consigli dei medici e soprattutto dei miei compagni, seguendo anche i consigli che vorranno darmi.

Sta a me ora di cambiare radicalmente seguendo tutti i consigli dei fratelli che si prodigano per me e spero vivamente di non deluderli prossimamente.

A.

IL MIO AMICO ALCOL

Stavo camminando per una via oscura dove l'atmosfera era sempre più pesante. Più andavo avanti, più la strada si faceva buia. I vecchi, i giovani, i bambini si allontanavano ed io proseguivo la mia via senza ritorno.

Era buio ed io non mi accorgevo. Ero solo e non me ne accorgevo, ma avevo sempre un amico, uno dei peggiori che si possa incontrare. Con lui

non riuscivo mai a litigare, lo lasciavo per un giorno ma poi lo amavo più di prima e stavo male.

Era più forte di me. Il mondo fuori non esisteva e non esisteva neppure l'amore. Non mi accorgevo delle grandi meraviglie che erano intorno a me e non sapevo che delle persone mi volessero così bene, un bene che non meritavo.

Ora so gustare il sapore della vita e mi rendo conto che ho tanti amici, amici veri che avevano scelto come me, l'amico sbagliato ed il cammino per la via buia, ma si sono ricreduti.

Quella strada non era infinita, ora abbiamo insieme imboccato una via dove splende sempre il sole, dove si vedono i fiori sbocciare, i bambini corrono felici, gli uccellini cantano a primavera.

Il nostro sorriso è nuovo e parte dal cuore e ci dà la forza ed il coraggio di non svoltare mai più dove la luce potrebbe spegnersi e noi diventare ciechi.

Ora sta a noi saper scegliere la strada giusta. Che ne dite?

F.

MI CHIAMO A

Mi chiamo A. ed ho iniziato a bere in giovane età.

Fin che si è giovani tutto va bene e poi con il passare degli anni ci si accorge che così non si può andare avanti.

Ci sono dei giorni in cui si rimane storditi e il mondo esterno sembra non esistere e così, dopo un paio di ricoveri, si resta per un periodo senza bere ma poi, piano piano, si ritorna sempre alle vecchie abitudini.

Un bel giorno arrivò il Parroco, Don Paolo, e quindi mio padre esausto delle sue preoccupazioni, gli raccontò delle mie condizioni.

Dopo un po' fui ricoverato in ospedale in seguito ad una emorragia e dopo qualche giorno che ero in cura arrivò Suor Amelia.

Lei mi mise subito al corrente del servizio di alcolologia e quindi incontrai il Dr. Chemello e la sig.ra Cellin che fecero in modo che prima di essere dimesso potessi frequentare una riunione al TIG e poi continuare al Club.

Con l'aiuto di tutti i componenti, con fatica e qualche ricaduta, adesso è da un po' di tempo che sono in astinenza.

Grazie anche alle continue raccomandazioni di mio padre e delle mie sorelle che instancabilmente ogni giorno continuano ad invogliarmi a continuare nella giusta via, ringrazio tutti voi e con la speranza di continuare sulla retta via apprezzando i veri piaceri della vita, e di chi me l'ha data, vi auguro buon Natale e felice Anno nuovo .

A.

LA MIA SCELTA

Ho cominciato con un bicchiere di vino e sempre di più....

Un giorno, come se qualcuno mi avesse allungato la mano, da quel giorno non ho più toccato quel bicchiere.

Ora, dopo 2220 giorni, con l'aiuto della famiglia e del gruppo che tuttora frequento, sono stati la mia salvezza.

Adesso sono contento e felice, anche se ogni tanto sono nervoso, ora ho fatto la mia scelta.

La mia famiglia è contenta di come sono riuscito a superare quel periodo buio, non è stato facile, ma ci sono riuscito.

Spero che il mio esempio possa servire ad altri a non distruggersi con l'aiuto dell'alcol.

Auguri a tutti e spero che ognuno sappia fare la propria scelta.

Z.

207 GIORNI.. DI..

Mi chiamo R. ed ho 42 anni, nel momento in cui scrivo questa mia testimonianza sono 207 giorni che combatto la mia lotta con l'alcol, e come cita il titolo di un simpatico libro di un maestro elementare napoletano "io speriamo che me la cavo".

Non so perché ho cominciato la mia convivenza con l'alcol, ma credo di sapere cosa non mi ha aiutato a smettere.

Con me G. non ha usato i guanti di velluto, anzi!

Tre donne hanno segnato la mia vita negli ultimi anni. Da tempo la mia vita si è divisa tra i miei problemi e le malattie che hanno colpito le tre persone che citavo.

G. e mia sorella A. colpite e torturate dalla stessa malattia. Una malattia incompresa e sottovalutata dai più, perché invisibile e latente. Mia mamma colpita da un male tremendo e irreversibile. Quando G. ha consumato il suo primo e gli altri tentativi per non soffrire più, la vita mi ha dato un ulteriore schiaffo, e ti poni mille domande a cui non sai dare risposta. Potevo impedirlo? Ho fatto il necessario affinché non succedesse? Quanti sensi di colpa! Io non sono tra i fautori del guarda chi sta peggio. Purtroppo la vita ti temprava e non hai né voglia né tempo di girarti indietro. Quando è morta la mamma, G. era ricoverata nel reparto di psichiatria dell'ospedale di Marostica. Ditemi se devo guardare a chi sta peggio! Chi beve, fuma o fa uso di sostanze stupefacenti a mio parere è una persona debole e in qualche misura indifesa, questa è la mia convinzione ed in parte condizione. Quando G. era ricoverata, la sera tornavo a casa ed era fredda e triste. Tante volte prendevo in mano il telefono per parlare con qualcuno, sfogarmi, piangere, ma poi non lo facevo e giù lacrime e alcol. A. distrutta nel letto di casa, per la sua malattia e l'evolversi di quella di mia mamma. Sì la malattia di mia mamma iniziata in modo impercettibile e sviluppatasi atrocemente. Abitava con mio fratello maggiore G. ed io passavo tutti i giorni a trovarla e vedere come stava. Al culmine della malattia mia mamma non riconosceva più le persone. Io me la accarezzavo, la baciavo, le stringevo le mani, le dicevo "mamma ti voglio bene", e lei, mia mamma, diceva con parole spezzate: chi è questo signore, cosa vuole! Io figlio prediletto, non essere riconosciuto da lei:

Il dolore di G: con la sua malattia schifosa, una bestia che ti rode dentro fino ad accettare l'ultimo compromesso con la vita. La mia ribellione a

tutto questo, contro tutto e tutti, Dio compreso. Scusatemi se non guardo chi sta peggio, mi basta quello che ho! Penso che queste righe possano far capire e non certo giustificare perché una persona cerchi di ottenebrare la mente.

Devo un pubblico ringraziamento di cuore al Dottor Arsie per l'impegno e la bravura con cui sta cercando di dare a G: e me la volontà di continuare. Ora ho voi il Club, altre persone che lottano e soffrono magari per problemi diversi, ma lottano. Ed io sto imparando a lottare. Il primo ringraziamento e riconoscimento lo devo a G., perché ancora una volta è stata lei a guidarmi verso la soluzione giusta. Il Club è stato lo spiraglio di luce (dopo tanta tenebre) di cui avevo bisogno ed ho capito che tutti abbiamo bisogno degli altri.

Queste righe mi sono costate uno sforzo enorme, perché ho difficoltà a parlare in generale, ma soprattutto di determinate cose.

Non vi ringrazio, sarebbe cosa riduttiva e semplice. Avete fatto del martedì la mia giornata prediletta ed attesa, questo è il mio grazie.

R.

DA UN PO' DI TEMPO...

E' da un po' di tempo che frequento il Club, mi trovo bene sono contento di partecipare, per me è un conforto, un aiuto personale e continuando un po' alla volta si conquistano tante cose mentre prima si era all'oscure.

Mi trovo bene con la famiglia, sono sereno, vado d'accordo con tutti mentre prima qualche volta brontolavo senza sapere il perché, mi sembrava che tutto andasse bene per conto mio invece mi sono accorto che delle volte chiacchieravo per niente senza risultato.

Ora le cose sono cambiate, spero di continuare così, perché mia moglie mi vede tutto diverso ed ora, dopo tanto tempo, la vedo felice e sorridente, così pure la famiglia, mi vogliono tutti bene.

Con questo io non so più cosa dirvi.

Ringrazio tutti quelli del Club, quello che avete potuto consigliare per me, ringrazio Suor Amelia che per me è motivo di speranza.

G. B.

LETTERA DI COMPLEANNO

Oggi 5 settembre compie gli anni mia moglie O., ogni anno le facevo il regalo ma quest'anno non le ho regalato niente, non perché mi sia dimenticato ma perché il 16 marzo ho fatto 5 anni di astinenza dall'alcol e così spero di averle fatto il più bel regalo, mentre negli anni passati le ho dato solo dispiaceri.

Questa mattina, appena si è svegliata, le ho fatto gli auguri di buon compleanno e le ho dato anche un bacio e poi sono andato in cucina a prendere il caffè e glielo ho portato in camera da letto.

A pranzo sono venuti a mangiare in casa nostra i suoceri e mia cognata, così abbiamo passato alcune ore in loro compagnia.

Nel pomeriggio io, mia moglie O. e nostra figlia C. siamo andati a fare un giro in auto.

Quando siamo saliti in auto abbiamo deciso di andare a Bassano a fare una passeggiata e vedere le vetrine dei negozi.

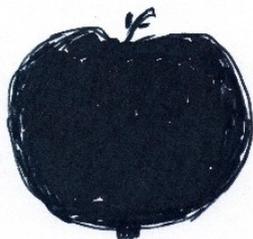
Dopo aver guardato i negozi siamo andati a mangiare la pizza.

Io spero di rimanere sempre astinente dall'alcol e stare assieme a mia moglie e mia figlia senza dare loro tanti dispiaceri come prima.

Ti faccio tutti i miei auguri di buon compleanno e di tanti altri ancora.

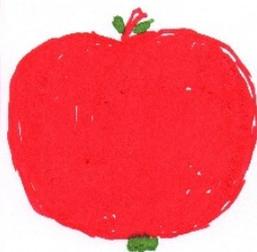
Tuo marito L.

Con l'alcol



Chi beve è come un'apple marcia,
brutta, che nessuno vuole mangiare.

Senza alcol



Chi non beve è come una
bella apple matura, secca,
fresca e che si può mangiare.

CARI FIGLI

Dopo questo periodo che non bevo più, ho scoperto che la vita è più bella, perché alla sera e nei giorni festivi sono più vicino a voi.

Anche se sono ancora un po' nervoso, vi voglio ugualmente tanto bene, come del resto ve ne ho sempre voluto.

Vi prometto di continuare a camminare sempre sulla retta via del non bere più e di seguirvi sempre.

N.

PAZIENZA AIUTO E PERSEVERANZA.....

Frequento il Cat Airone dalla bellezza di otto anni e devo dire che mi trovo molto bene.

In questi anni trascorsi mi sono accadute tante cose, a cominciare da grossi problemi famigliari, per finire alle tante ricadute.

Con pazienza e perseveranza ora vanto la bellezza di "1300" giorni di astinenza e tutto questo non mi sarebbe potuto accadere se non avessi avuto il grande aiuto di mia moglie, di mio fratello e dei miei amici del Cat. Diciamo che, da quando i giorni di astinenza hanno cominciato a susseguirsi, anche tutte le cose poco piacevoli che mi accadevano in passato, hanno cominciato a diradersi.

Ringrazio chi mi ha aiutato e porgo a tutti un caro saluto.

Un abbraccio

L.

FREQUENTO....

Mi chiamo G: e sono stato alcol dipendente per circa vent'anni. Frequento il T.I.G., sono uscito da questo tunnel buio che mi aveva tolto tutto, dalla salute all'affetto dei miei famigliari e la compagnia degli amici. Ora frequento il Club, mi sento far parte di una grande famiglia perché tutti ci vogliamo bene e soprattutto siamo felici perché abbiamo ritrovato la gioia di vivere e, insieme, ci aiutiamo a percorrere la strada giusta frequentando il Club. Vi sto raccontando il mio percorso di alcolista. Ho iniziato a bere un po' alla volta e pian piano che i giorni passavano, la mia vita era sempre più difficile, finché qualcuno mi ha parlato dei Club. Allora ho deciso di farmi aiutare e lì mi hanno consigliato un ospedale ad Auronzo, dove mi sono recato. Mentre facevo tutto questo percorso, stavo perdendo il posto di lavoro. In quell'ospedale mi hanno fatto riflettere e capire che cosa può succedere bevendo, e là ho trascorso un mese. Quando sono tornato a casa riflettendo molto bene, ho deciso di non bere più, anche perché sono stato fortunato che ho avuto dei colleghi di lavoro che mi aiutavano. Da allora sono passati due anni e mezzo, con molto impegno sono diventato caporeparto e ho una compagna che tra poco andrò a vivere assieme. Per tutto questo devo ringraziare il Club, la mamma, i fratelli e tutti quelli che mi sono vicini. La mia vita è diventata normale come qualsiasi altra persona che sta bene.

PERCORSO DI CAMBIAMENTO

Frequento il Club di S .Giuseppe da diversi anni, al giorno d'oggi mi ritengo una persona fortunata di avere trovato nel Club una grande famiglia che mi ha aiutato a venirne fuori, da allora un po' alla volta ho riconquistato la fiducia dei miei famigliari e di chi si era allontanato da me per il mio comportamento anomalo.

U.

UN AMICO.....

Avevo un amico che si chiamava alcol, e non mi accorgevo quanto mi faceva male, sia a me che ai miei famigliari.

Ora che l'alcol non c'è più nella mia vita come amico, mi ritrovo più sereno e tranquillo.

Anche con i miei conoscenti sono diverso, grazie anche al Club che mi ha aiutato e incoraggiato a smettere di bere.

A.

UNA VITA PIU' SERENA

Prima bevevo, ora faccio una vita più serena e tranquilla, frequento settimanalmente un Club, che mi aiuta anche a stare meglio di una volta, mi aiuta a non ritornare a fare gli sbagli di un tempo, che a volte per incoscienza dovuta all'alcol, erano veramente gravi.

D.

DA QUANDO NON BEVO PIU'

Da quando non bevo più ho riscoperto la gioia di vivere, di provare sensazioni che mi fanno stare bene ed essere sereno, come la stima e la fiducia che gli altri hanno nei miei confronti.

Quando bevevo le mie qualità erano offuscate dall'alcol e le persone mi evitavano.

Per me smettere di bere è stato come rinascere.

F.

E. IN VIAGGIO.....nel cammino

Com'è cambiata la vita.

Se dovessi elencare tutte le cose che sono cambiate supererei DANTE il sommo con la Divina Commedia come lunghezza, però almeno le principali le dico lo stesso.

Innanzitutto la tranquillità di vivere, visto che prima erano continui litigi con tutti, ho ritrovato la famiglia compresa la moglie, l'allegria, il rispetto sia nei miei confronti che verso gli altri.

Mi trovo a cinquantadue anni di svegliarmi papà e tra poco nonno, svegliarmi con nessuna possibilità di tornare indietro per correggere gli errori, ma certamente quella di andare avanti senza farne ancora.

I miei figli sì li riconosco ora felici e rispettosi anche troppo ma va bene, mi ritorna in mente una battuta che ho dato ad Auronzo durante una seduta, che nella mia famiglia c'erano quattro diamanti e un sasso, nessuno del gruppo mi ha chiesto chi era il sasso.

Sono orgoglioso di diventare presto nonno sobrio.

E:

CAMBIARE...

Cambiare stile di vita, ovvero la rivoluzione della zappa, l'uso corretto della tecnologia, illuminazione o paura della morte, dolore, felicità, egoismo e amore, quante volte nella vita siamo di fronte a un bivio, la strada giusta è spesso la più difficile, ma i risultati piano piano si vedono. Quando cambi "dieta" perdi molte compagnie, la solitudine può fare brutti scherzi, ma qualche amico nel Club ti dice tieni duro coraggio e avanti!

P.

Ci siamo mai chiesti perché ci ritroviamo ogni settimana alla riunione? Soltanto per dire i nostri giorni di astinenza? No, ci ritroviamo per rafforzarci, partecipare al gruppo, parlare liberamente del problema alcol con persone che lo capiscono ci dà la forza di continuare .

La cosa più importante è la sincerità, altrimenti non si è capito niente. L'argomento della settimana scorsa è stato molto importante, Umbertina ci ha sempre parlato di cambiamento di stile di vita, cosa vuol dire?

Non vuole dire smettere di bere, il cambiamento dobbiamo farlo dentro noi stessi. Si ha la tendenza a nascondersi dietro un paravento di carta dicendo "va tutto bene" dopo però incominciamo a parlare e ci si rende conto che non è così.

Il cambiamento per conto mio è cercare di ricostruire anche un dialogo soprattutto coi familiari (sempre che vogliono ascoltarti) e sentirsi sereni, abbiamo sbagliato è vero, ma adesso ci stiamo veramente sforzando per essere migliori.

CAT AMICO

DEDICATO A TUTTE LE PERSONE CHE CONDIVIDONO IL PERCORSO DI CAMBIAMENTO NEI CAT.

Giudica il tuo giardino dai fiori
e non dalle foglie che cadono,
giudica i tuoi giorni dalle ore felici
e non fermarti ai momenti tristi.

Giudica le notti dalle stelle,
non dalle ombre,
giudica la tua vita dai sorrisi,
non dalle lacrime.

E con gioia,
per tutta la vita

giudica la tua età dagli amici
non dagli anni.

Poesia inglese

Raccolta da Bruno, con i migliori auguri di Buone Feste a tutti.

IL CAMMINO MIO E DI ALEX

Dopo essere stati ricoverati presso il reparto di alcologia all'ospedale di Auronzo di Cadore, da nove anni frequento assieme a mio fratello Alex il Club di S. Giuseppe.

Prima non ci curavamo della nostra salute, ricorrendo spesso in ricoveri ospedalieri, senza mai raggiungere risultati.

L'unica cosa che ci interessava, era alzarsi alla mattina, entrare in un bar e cominciare a bere.

Finito il percorso riabilitativo ad Auronzo, tornati alla quotidianità, è stato molto difficile vivere normalmente, affrontare la quotidianità, un lavoro stabile, valori che avevamo perso, ma con l'aiuto del Club ci siamo riusciti, abbiamo capito che nella vita non esiste solo il vino.

Scoprendo così che la vita è fatta di tante piccole cose, che ti possono riempire il cuore e renderti felice.

Ascoltando le esperienze dei membri del Club, possiamo farcela senza ricadere nel baratro che ci scava l'alcol, potendo così fare una vita più tranquilla e serena.

Oggi abbiamo un lavoro, viviamo tranquilli, non ci manca nulla, nel limite delle nostre possibilità, anche se dobbiamo ammetterlo che non è stato facile giungere e trovare la serenità in cui siamo.

Tutto ciò c'è stato permesso dall'aiuto di Umbertina, che con la sua perseveranza e pazienza ci ha fatto capire che la vita è bella anche senza alcol, (che oscurava le nostre menti), e che si vive ben anzi benissimo con l'acqua.

A. e A.

NOI FRATELLI....

Ho iniziato a bere all'età di 13 anni, perché mi sentivo solo, soffrivo per la mancanza di mia madre.

Mio padre aveva una compagna, così io e mio fratello eravamo soli, ci sentivamo abbandonati e infelici. L'unica consolazione, l'alcol, che mi faceva sentire amato.

Col tempo, però, questo mio amico mi portò in una spirale, prima d'illusioni, dopo di solitudine; la mancanza d'affetto si faceva sentire sempre più, continuai così per vent'anni, peggiorando la mia esistenza, rovinando la mia vita.

Ora sono circa sette anni che sono tornato alla realtà, ma per arrivare a ciò, ho dovuto superare un ricovero ospedaliero ad Auronzo e in seguito frequentare il Club di S. Giuseppe.

Lì ho trovato tanti amici, gente che mi vuole bene, mi rendono felice, aiutano a vivere serenamente, così riesco a guardare con fiducia la vita.

A.

LA MIA STORIA

Ho iniziato a bere tra i 19/20 anni, in modo smoderato a causa della grave malattia che aveva intaccato mio fratello.

La paura mi sovrastava, avevo paura di rimanere solo, di perdere l'affetto anche di mio fratello.

Il terrore quindi mi ha portato all'alcol, pensavo fosse un riparo.

A. era tutto quello che mi rimaneva dalla vita

SONO PAPA' E NONNO FELICE

Mi chiamo U. e frequento il Club 374 di S. Giuseppe, dal 1991, dopo un ricovero ospedaliero e Sert.

L'inizio per me non è stato certo uno dei migliori, con diverse ricadute. Nell'aprile del 1996, dopo un interessamento di Umbertina, componenti del Club di allora e i miei famigliari, fu deciso il mio ricovero ad Auronzo, da allora sono riuscito a mantenermi lontano dall'alcol.

Oggi come oggi, mi considero un uomo fortunato, aver trovato un Club come quello di S. Giuseppe, che attraverso testimonianze ed esperienze vissute insieme, sia negative sia positive, di persone passate quelle che stanno passando e che verranno, mi danno la forza di intraprendere questo cammino sempre in salita per stare lontano da quel calvario che si chiama abuso di alcol.

Mi hanno aiutato giorno dopo giorno a trovare il giusto equilibrio di serenità, dandomi la possibilità di aiutare gli altri, con le mie limitate possibilità, come succede nelle grandi famiglie.

Ora il rapporto con mia moglie è più disteso, anche quello con i figli è cambiato, naturalmente in meglio.

Mi sto godendo la mia pensione e con A. R. c'è anche qualche viaggio in programma.

Ho scoperto di essere marito, papà, nonno dei bellissimoi nipoti e la cosa più importante, una gioia immensa da trasmettere agli altri.

SAREBBE DA STUPIDI BUTTARE VIA TUTTO QUESTO PER UN BICCHIERE DI VINO.

MI CHIAMO M., HO 46 ANNI E 8,5 ANNI DI ASTINENZA

La mia famiglia è composta da me, mia moglie e 3 figli.

La mia storia è molto semplice, come quasi tutte quelle di chi è nato e cresciuto nel Veneto negli anni precedenti e purtroppo anche nei giorni nostri.

Quando ero piccolo e avevo il raffreddore mi davano latte con grappa invece della tachipirina, quando faceva molto freddo, il vin brulé, che ti scaldava le ossa, non era importante l'età o la salute.

Così sono cresciuto nella cultura che l'alcol aiuta a vivere meglio, che rende uomo, e così senza rendermene conto, sono passato dalle cure all'abitudine, al bisogno.

Per avere più forza per lavorare.

Per avere più forza morale, per affrontare questa vita dura, che ci vuole tutti attivi sempre, tutti ricchi, tutti belli e prestanti, così nella convinzione che un "goto" aiuta ad arrivare meglio alla fine delle giornate, i "goti" sono cresciuti in modo vertiginoso.

Solo quel "grillo parlante" di mia moglie, così soprannominata dalla Chiara Assistente al Sert di allora, continuava a rimproverarmi e riprendermi di bere troppo.

Ma io non ero assolutamente d'accordo e gli ribadivo che potevo smettere quando volevo, ma ogni volta che ci provavo, rinunciavo, rimandando tutto al giorno successivo.

Così iniziarono i primi litigi sull'argomento, fino a tirare la corda al massimo.

Provai di mia iniziativa a cercare aiuto all'ospedale e dal medico, ma non lo trovai, perché purtroppo il problema è spesso sottovalutato.

Così una sera, per dispetto a mia moglie, feci una grossa cazzata e finii all'ospedale di Bassano.

Li mi mandarono in psichiatria a Marostica, ma solo per una notte.

Ma finalmente la svolta.

Al mattino successivo nel momento delle dimissioni una psichiatra consigliò mia moglie di rivolgersi al Sert alcologia.

Ecco la luce!!!

Iniziai il T.I.G. a Settembre, senza neanche sapere che cosa fosse, né perché ero lì, io che non avevo certo il problema alcol, ma fino a che ci andavo, mia moglie stava zitta, anche se continuavo a bere, molto meno di prima, ma continuavo.

Fino a che una sera vidi un ragazzo molto giovane venire alla riunione ubriaco fradicio.

Dissi a mia moglie: "ma io non mi riduco mai così", e lei mi rispose: "di solito sei così e anche peggio".

Mi vergognai da morire, e iniziai a pensare che forse aveva ragione e che non era giusto che una sostanza decidesse per me e che mi condizionasse la vita.

Così mi alzai dalla sedia e andai all'alcologia a chiedere l'Antabuse.

Da quel lontano 13 novembre 1997 è passato tanto tempo, ma tutto sobrio, senza mai una ricaduta.

Sono molto fiero e orgoglioso del mio cammino e di quello della mia famiglia che mi è stata vicina e mi ha sostenuto sempre.

Ringrazio il mio gruppo di automutuoaiuto di marostica e chiunque mi abbia aiutato.

Ma purtroppo le prove nella vita non finiscono mai, e quella più dura l'ho dovuta sostenere il 26 giugno 2004.

Un signore ubriaco fradicio ha ucciso il mio primo figlio in un incidente stradale.

E così tutto finisce in un attimo, e a noi è rimasto solo il ricordo di un figlio meraviglioso, rubato solo perché non si riesce a mantenere il controllo.

Perché l'alcol uccide in un modo o nell'altro.

Così non ci resta che la voce per gridare quanto l'alcol faccia male a noi e agli altri.

M. CLUB IL VELIERO

CLUB

Sono un componente del Cat Airone da diversi anni. Dopo un ricovero ospedaliero sono stato consigliato a frequentare un cat, ho scelto questo perché è il più vicino alla mia abitazione e quindi comodo.

Sono contento di partecipare alle riunioni che si tengono al lunedì, anche se ho qualche ricaduta mi trovo a mio agio, in quanto noi tutti ci aiutiamo, diamo ascolto, suggerimenti e indicazioni, e anche se qualche serata non è costruttiva però ci aiuta a parlare, a esprimerci parlando anche di problemi al di fuori dell'alcol.

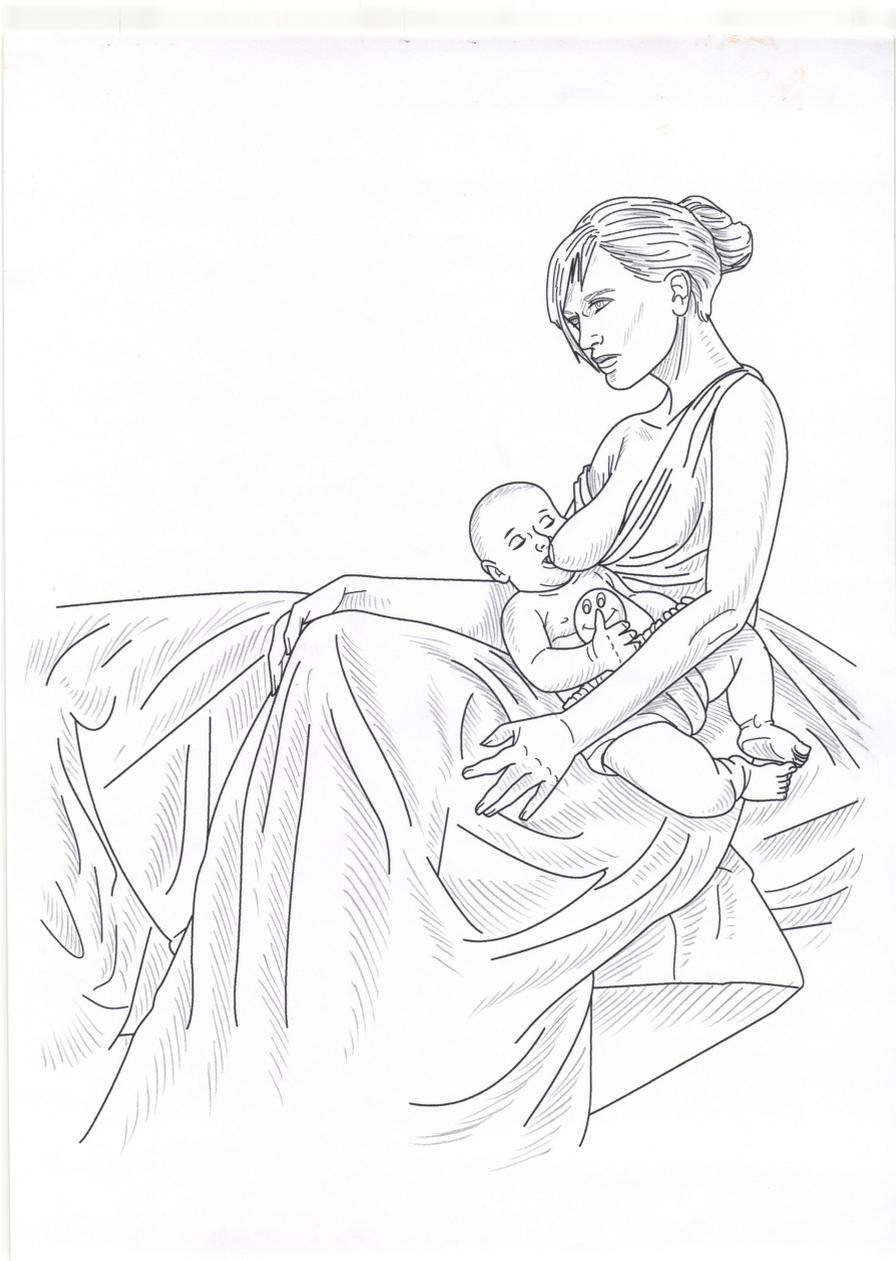
Per questo esorto ogni componente dei vari cat che leggerà queste righe, di essere costanti nelle riunioni, cercando in ogni modo di essere esempio per i vari componenti del proprio cat, colgo l'occasione per augurare a tutti coloro che leggeranno queste righe di essere contenti di partecipare al cat, come lo sono io partecipando al mio.

UN AMICO

FREQUENTO DA TRE ANNI IL CAT "AIRONE"

Sono tre anni che faccio parte del cat Airone, sono arrivato qui dopo aver frequentato il Sert a Bassano. Al cat ho avuto così l'opportunità di conoscere altre persone che hanno avuto il mio stesso problema e devo dire che mi sono subito trovato a mio agio, sia con le operatrici, che con gli altri componenti del cat, nonostante la mia astinenza sia soddisfatta, il frequentare il club rimane per me sempre un ottimo punto di riferimento e di confronto, mi sento capito, l'amicizia che ho trovato nelle persone conosciute al cat è veramente preziosa. Concludo ringraziando tutti.

U.





DONNA E ALCOLDIPENDENZA

Il problema dell'alcolismo femminile è abbastanza noto, anche se molte volte nascosto. Come realtà sociale risale ai tempi remoti della storia del genere umano. Occorre però considerare non solo, il rapporto diretto che la donna ha con l'alcol, ma è altresì importante come la relazione con questa sostanza viene vissuta in maniera indiretta dall'universo femminile.

Dalle statistiche ufficiali risulta che circa il 20% degli alcolisti sono donne; questa percentuale però non è molto attendibile dato che l'alcolismo femminile è un fenomeno "sotterraneo".

Di solito le donne bevono sole, in casa e di nascosto e molto spesso il loro alcolismo rimane nascosto non solo alla società, ma molte volte ai famigliari stessi.

Negli ultimi anni si è verificato un notevole aumento dell'alcolismo femminile, aumento da attribuire innanzitutto alle modificazioni socio-culturali in atto. La condizione della donna è notevolmente cambiata, ma l'emancipazione e la conquista di alcuni spazi e libertà è avvenuta a prezzo di enormi squilibri e frustrazioni, con conseguente crisi d'identità, difficoltà di accettare dei nuovi ruoli, disturbi sessuali e relazionali.

La patologia alcolica è diffusa nelle donne di ogni età e classe sociale, secondo una casistica ricavata da una ricerca effettuata nella nostra A.C.A.T. si è constatato che la maggioranza di persone di sesso femminile attualmente in trattamento, appartiene alla classe di età fra i 30 e 50 anni; si tratta in maggioranza di casalinghe appartenenti al ceto sociale medio-basso. In tale ceto il giudizio sociale è molto più severo verso le donne che abusano di alcol, rispetto agli uomini, mentre questi ultimi vengono giustificati e spesso tollerati.

Le donne vengono considerate prive di principi morali e mancanti del senso di responsabilità verso se stessa e nei confronti della famiglia.

Il peso di questo giudizio sociale porta di conseguenza la donna alla caduta del rispetto di sé, aumenta il suo senso di colpa e di conseguenza la fuga dalle responsabilità. La morale sociale comporta quasi sempre il rifiuto di ammettere l'esistenza dell'alcolismo femminile, di conseguenza le donne non vengono spinte a seguire le cure necessarie, anche quando la realtà diventa tanto palese da non poter più essere negata, si tenta di circoscriverla all'interno della famiglia e non presentarla all'esterno.

Le donne generalmente bevono perché si sentono poco valide, incapaci di badare a se stesse e molte volte ritengono di non essere all'altezza delle situazioni.

Più spesso il bere femminile nasce in concomitanza ad eventi drammatici, morte di un congiunto, separazioni, ecc. In altre donne il bere si correla con aspetti legati all'ansia, ovvero l'alcol come elemento utilizzato per le proprietà distensive e tranquillizzanti, come reazione a situazioni di stress (problemi di coppia, figli, disagi economici, lavorativi, solitudine).

Grassivaro Umbertina
PRESIDENTE A.C.A.T.

CAMMINO DIVERSO

Il cambiamento di stile di vita nell'alcolista è molto importante e determinante non solo perché si chiude con l'alcol, bensì perché si deve intraprendere un cammino di vita diverso, in armonia e sincerità con se stessi, i familiari, amici e tutte persone che ci stanno accanto.

Io il problema lo sto vivendo in prima persona, da quanto sono astinente vedo che il rapporto con la mia famiglia è molto migliorato, non c'è più quell'aria di sospetto e mancanza di fiducia nei miei confronti, siamo tutti più sereni e felici e io ho ricominciato a vivere.

Esco con le mie amiche, vado in piscina, a fare la spesa tranquillamente senza dire bugie come prima e soprattutto non mi sento più succube dell'alcol.

Rifletto giorno per giorno su quanto ho sbagliato e a quanto abbiamo sofferto tutti per arrivare ad avere un po' di felicità.

Il mio obiettivo ora è quello di arrivare a camminare con le mie gambe e non aver più bisogno delle stampelle per fare questo.

G.

ORA POSSO SPERARE..

E' un Natale nuovo per me; è un giorno di festa grande.

E' tempo di attesa, di speranza e di gioia.

Finalmente potrò gioire accanto ai miei famigliari con un volto nuovo e consapevole del mio passato, sento in me rinascere la vita, la quale tanto ho trascurato, ora sento il valore di essa, la voglia di amarla e di godere questa gioia vedendo accanto a me i miei cari famigliari i quali, malgrado tutto, sono al mio fianco a festeggiare con me questa mia rinascita.

Attendo con ansia questo giorno, con uno stimolo nuovo, ai guai che non contavo, perché per me un giorno valeva l'altro.

Io Lucia ora sento finalmente il valore di essere assieme ai miei famigliari con il rovescio della medaglia, che con il loro affetto ora sto uscendo da questo tremendo: "tunnel alcol"

Debbo a loro il migliore valore e a voi tutti cari amici di questo gruppo.

Il Santo Natale, che dà più significato nel sentire il calore e l'affetto di tutti quelli che mi hanno aiutato per poter riprendere la mia personalità e stile di vita, a volte penso al passato, alla mia nuova vita, non trovo vergogna, anzi mi dà uno stimolo e coraggio nell'affrontare ogni ostacolo a chi ne ha bisogno.

Il mio albero di Natale avrà tante luci, ce ne sarà una in più di maggior valore.

La mia serenità e l'astinenza sarà il miglior regalo che farò.

Grazie a voi tutti, assieme ai miei famigliari vi auguriamo Buone Feste.

Un grazie particolare va a mio marito e a mio figlio per il loro sostegno datomi, un grazie e gli auguri più belli vanno a Suor Amelia.

L. B.

LA MIA E L'ALTRUI GIOIA

Una poesia di Tommaso Moro dal titolo "Preghiera per il buon umore" l'ho sempre a portata di mano per rileggere qualche tratto e trarne poi diverse riflessioni.

Dammi, Signore, un'anima semplice

*che sappia far tesoro
di tutto ciò che è buono
e non si spaventi alla vista del male
ma piuttosto trovi sempre il modo
di rimetter le cose a posto.*

Questo verso credo di averlo vissuto con gioia, con senso di responsabilità e amore, trovando in me la voglia di dare, di essere per gli altri, di far partecipe chi mi avvicinava del buono che avevo in me, sorretta dalla fede e dalla consapevolezza del bene che io stessa ricevevo. Sia nel lavoro che in famiglia ho vissuto (almeno spero) come dice Moro per scoprire nella vita un po' di gioia e farne parte agli altri: sono stati anni buoni anche se non privi di qualche incertezza; anni in cui la mia volontà, sottolineo volontà, era impegnata senza sforzo, senza confronti, senza dover ricorrere ai devii/puoi/se vuoi, simulazioni che arrivano dalla ragione. La mia volontà coesisteva con il pensiero, con l'amore e forza interiore.

*Dammi un'anima che non conosca la noia,
i brontolamenti, i sospiri, i lamenti,
e non permettere che mi crucci eccessivamente
per quella cosa troppo ingombrante che si chiama "io".*

Queste righe, a differenza delle prime sopramenzionate, suonano per me una condanna, un rimprovero, che spero il tempo possa mitigare.

Perché cambiando condizione di vita sono caduti tutti quei valori in cui credevo? Perché nella solitudine, invece di creare situazioni nuove, occasioni diverse, guardare con il cuore i vicini proprio perché facenti parte di una cultura diversa, mi sono lasciata andare, brontolare, compiangere me stessa? La risposta la conosco, ma fatico ancora a darla, a riconoscerla, guardavo il bicchiere, assaporavo il liquore che mi consolava, mi regalava euforia e forza fisica, mi dava soprattutto la possibilità di non riflettere, di non ispezionare il mio "io" troppo ingombrante, mi toglieva la volontà portandomi nell'apatia, all'indifferenza verso gli altri, alla bugia per giustificare tutte le mie azioni, il mio delirio mentale, morale e fisico.

Rifiutavo consigli, suggerimenti e ammonimenti amorevoli facendo del male a coloro che tanto amavo.

Il cerchio si stringeva e cresceva il disgusto di me stessa, rifiuto completo per la vita.

Ma chi viveva vicino a me, soffriva per me e sperava ancora in me, con la paziente opera di persuasione, di convincimento nel farmi capire che mi servivo di alibi fasulli, inesistenti, mi convinse ad accettare da coloro che

operano con fermezza ed intelligenza amorosa per dare attraverso l'informazione ed il sostegno continuo, a chi si presta a compiere i primi passi, "con il nuovo stile di vita" di trovare cioè l'umiltà di ammettere la propria fragilità, sentire il bisogno di essere sinceri e rispettosi verso il proprio impegno e verso gli altri, riuscire ad ancorarsi in quei punti fermi che sembrano perduti, alla visione di una vita che vale la pena di spenderla nel bene e nell'amore reciproco.

Queste poche righe spero vi abbiano detto come ho conosciuto il mutuo-aiuto da persone che nel tempo hanno saputo infondere in me la capacità dell'auto-aiuto per riscoprire l' "io" perduto, la fermezza nei propositi, nelle azioni quotidiane, ritrovare la fantasia, la sincerità, un nuovo equilibrio interiore e perché no? Amore per me stessa.

Il resto viene da sé: si guarda agli altri, l'occhio va oltre la siepe e vede tanta gente, tante persone che chiedono e danno, che soffrono e amano, che godono della tua amicizia.

Questo è il vero successo: accettare te stesso con il bagaglio che ti porti appresso e, come dice Tommaso Moro "FARNE PARTE ANCHE AGLI ALTRI"

F.

UN CAMMINO FATIGOSO

Mi chiamo S., frequento il Club di Marostica dal Giugno 1995 e debbo confessare che il mio cammino finora è stato ostacolato da diverse ricadute.

Mi sto riprendendo abbastanza bene, con l'aiuto di mio marito che ha incominciato a frequentare il Club.

Da parte mia sto lottando con la convinzione che prima o poi riuscirò seguendo l'esempio degli amici del Club, ai quali mi rivolgo per ottenere da loro l'aiuto necessario.

Scrivo queste parole perché vorrei spiegare a modo mio cos'è la ricaduta.

Noi beviamo perché c'è la voglia di bere anche se sappiamo che ciò può essere molto pericoloso.

I segnali di pericolo esistono e la loro corposità può variare a seconda della propria personalità.

Se una persona è timida può trovare la maniera di stare con gli altri disinibendosi con l'alcol e se questo viene assunto come unica medicina possibile, ci accorgiamo che c'è già una pericolosa dipendenza in atto.

Se dopo l'ebbrezza proviamo vergogna o al risveglio al mattino sentiamo un senso di colpa, probabilmente cercavamo un modo per colmare i nostri vuoti affettivi ma comprendiamo anche che c'è qualcosa che non va.

Il vero motivo deve essere ricercato perché stiamo usando l'alcol come strumento autodistruttivo e la diminuzione di stima ci spinge a cercare ancora nell'alcol un effetto consolatore.

Questa spirale è già alcolismo.

A questo punto l'unica via di uscita è quella di chiedere aiuto.

E' bene ricordarsene, per non decidere di lasciarci andare.

Nella società, non possiamo permetterci di perdere completamente la consapevolezza di noi stessi e di quello che stiamo facendo. Facendolo il rischio è quello di venire abbandonati a noi stessi, proprio quando siamo oggettivamente più vulnerabili.

Se non consideriamo tutto ciò, vuol dire peccare di ingenuità.

A questo punto vorrei dire che bisogna tenere presente l'auto aiuto all'interno e fuori del Club.

Il che significa valutarsi, conoscersi, comprendere: dobbiamo fare discorsi oggettivi,.

Dedico queste parole a tutti i membri del Club, ma in particolar modo al vicepresidente, visto che esiste in lui una delicatissima sensibilità. Rendersi utili, tenere duro per non sprofondare o lasciarsi rinchiudere, aiutare per essere aiutati.

Se tutto ciò venisse considerato veramente, si trasformerebbe l'uomo in senso molto positivo il cui stato d'animo sarebbe molto più ottimista e combattivo. Sarebbe in definitiva un'ottima operazione di salvataggio

A proposito di salvataggio non abbiamo ancora dato un nome al nostro Club.

Che ne direste de "il veliero"? in qualsiasi mare in burrasca alla fine ti conduce in un porto tranquillo.

S.

NON HO NESSUNA VERGOGNA

Sono L., non ho nessuna vergogna ora di dire il mio nome, perché ora ho capito il valore della vita, ormai sono al traguardo del terzo anno di astinenza totale.

Ora so valutare ogni cosa nel suo giusto lato, sebbene trovo ancora un po' di difficoltà nel pensare al passato.

Nel mio albero di Natale le luci hanno un valore diverso, cioè migliore; ora

accarezzo ogni suo raggio e questo mi dà aiuto e maggior carica.

Apprezzo ogni cosa con il suo valore, sempre di più con l'affetto costante dei miei cari.

Cerco di dare a loro più che a me stessa, soprattutto per l'affetto che mi hanno sempre dato, sebbene a volte non giustificato. Mi dà anche maggiore carica il nostro gruppo, sempre pronto con validi consigli e soprattutto con l'appoggio morale di Suor Amelia.

Auguro a tutti voi un Felice Natale e un Buon Anno Nuovo, che sia sempre

più ricco e migliore per tutti noi.

Con simpatia e affetto

L. B.

A TE MIO CARO

Mi trovo qui a scriverti e lo sai che a me non è mai piaciuto.

Mi chiedo: la FELICITA' che cos'è?

Leggo su una rivista che la felicità è AMARE e SENTIRCI AMATI!

Io non so più amare.

Sono triste e angosciata! Perché?

Perché nella vita ho intrapreso strade sbagliate.

Ecco perché ieri sera sono andata a quel famoso incontro; per cercare, soprattutto il sorriso, la gioia e per ricominciare ad amare, a donare, a COSTRUIRE un nuovo rapporto coniugale e familiare.

Devo cominciare a piccoli passi, a vivere serenamente, a godermi la vita, a gustare la vita e se ci riesco potrò anche aiutarti.

Dalla riunione ho capito però che per aiutarti da sola non posso farcela.

Tu e io abbiamo bisogno anche dell'amore che ci viene dall'esterno.

Dio ci ha dato la vita, per viverla saggiamente e non per distruggerla.

M.

QUAL'E' IL PROBLEMA?

Bere o non bere.....questo è il problema.

Anche se il problema esiste da sempre, esso non è mai stato evidenziato come grosso problema sociale ed i Club nati dappertutto sul territorio nazionale, oggi ne mettono in risalto la grossa piaga.

Molti sono i motivi per i quali uno comincia a bere e fra questi la solitudine, il piacere, la scusa di affogare i dispiaceri, per dimenticare.

Chi beve nasconde le proprie debolezze.

L'alcol si presenta come un amico che ti prende e ti rende complice, per diventarti poi nemico e farti star male.

Ne consegue il ricovero all'Ospedale e abusandone ancora si arriva a varie malattie a livelli sempre più acuti.

Danni irreversibili al cervello che distruggono le nostre cellule nervose *neuroni*, che non si rifanno più.

-Cerchi di farcela da solo, ma poche sono le persone che ci riescono-

-Hai bisogno allora del coinvolgimento della famiglia che ti può aiutare-

-Entri così a far parte di un Club ed a frequentarlo assiduamente-

Io ho avuto l'esperienza già da diversi anni di frequentare il mio Club ed ho capito quanto sia importante il nucleo familiare.

Per me è come una seconda famiglia alla quale tutti i membri devono essere partecipi.

Ho imparato a non tenere alcolici in casa ed a bere soltanto acqua, arrivando così a una liberazione interna che mi fa vivere serenamente.

Il Club esiste per le famiglie in difficoltà e ti aiuta, specialmente in caso di ricadute, a ritrovare te stesso ed a ricominciare più forte di prima.

Frequentando il Club più passava il tempo e più mi accorgevo che nel momento della solitudine c'era qualcuno che ti sapeva ascoltare.

L.

PENSIERI DELLA MIA VITA.....

Questi sono pensieri della mia vita che possono rispecchiare il percorso dell'alcolista.

Che, soltanto se vuole essere una persona attenta e vogliosa di vivere, se non vuole soltanto ridursi a una sacco di m....., può farcela.

Trasmetto e dedico il mio modo di pensare e di essere a chi sta lottando e pensa di non farcela o pensa che sia tutto inutile.
Se non lotti: inutile sei tu.

Perché oggi il sole non è sorto?
E' già notte.

Non riesco ad immaginare il verde delle piante, il colore del cielo, non riesco ad immaginare alcun colore.

Oggi non c'è stato il sole.

Percepisco a malapena i rumori del mondo, sento soprattutto il mio respiro affaticato e lento nel vuoto più assoluto, dove i miei pensieri si perdono e non trovano il giallo del sole.

(questo è il buio che ci porta a bere)

Non riesco a dormire.

ho troppa voglia di fare, di vivere.

forse e' meglio così

forse, fin'ora, ho solo rubato il sonno agli altri

sto godendo di questa notte in bianco, per vedere le bellezze dell'alba.

Questo giorno sarà sicuramente un bel giorno di sole, vedrò il verde delle piante, l'azzurro del cielo,

vedrò tutti i colori, altri me ne inventerò e saranno sicuramente veri e belli

(questa è la rinascita)

D.

CON QUESTE MIE POCHE PAROLE.....

Con queste mie poche parole vorrei spiegarvi che quando si incomincia a bere, smettere è difficile. Dicevo sempre che quella era l'ultima volta che bevevo, invece quando qualcosa mi sembrava non andasse come volevo ricominciavo con il primo bicchiere per poi non smettere più. Con l'aiuto

del Club e di mio marito ci sono riuscita, per con il rischio di prendere sempre il primo bicchiere. Anche se si è aiutati, ma manca la forza di volontà, può succedere di ricascarci. Da quando non bevo più le cose le vedo diversamente. Auguro con tutto il cuore a tutte le persone che hanno problemi di dipendenza da alcol di riuscire a farcela anche se con fatica, come me.

R_50....

Sono donna, sono alcolista e sono accompagnata dai famigliari.

Ho superato i tre anni di astinenza, sono contenta e spero di andare sempre avanti grazie alla mia famiglia e al Club.

Per me il Club è diventato una famiglia, perché posso parlare dei miei problemi ed ascoltare i problemi degli altri.

Facciamo di tutto per aiutarci oltre che parlandone al telefono ci scambiamo visite durante la settimana.

La ricaduta nel nostro Club non è penalizzata, diamo coraggio e ci aiutiamo a continuare e camminare nella giusta via.

La cosa fondamentale è la sincerità e solo in questo modo il Club può proseguire bene.

Per finire, voglio dire a tutti, che sono uscita da questo tunnel con la mia volontà, l'aiuto della mia famiglia e quello del Club.

Del mio problema non ho però parlato con nessuno, perché ancora mi vergogno del mio passato e specialmente per il fatto che c'è molta gente cattiva che al posto di ammirare ha il coraggio di disprezzare e parlare a tutti con malignità.

Spero che tutti i Club, compreso il nostro, portino un messaggio a tutte le persone che hanno questo problema, di combattere questa battaglia e uscirne vittoriosi, per l'inizio di una vita serena.

Tutti i membri del Club, la famiglia e soprattutto la nostra operatrice, che malgrado la famiglia e il suo lavoro, non finisce mai di consigliarci per il nostro bene, vengono da me ringraziati vivamente.

CAT S, Giuseppe

INIZIO DI UN CAMMINO

Ed anche il 17 Febbraio, giorno delle mie dimissioni, è arrivato.

Sono passati già tre mesi da quando entravo per la prima volta qui al centro, con nel cuore la segreta speranza di riuscire e tornare quella persona buona, sempre allegra e scherzosa, che ero prima di quel brutto periodo in cui avevo cominciato a bere.

Periodo in cui ero arrivata quasi al punto del non ritorno, sì proprio così; in cui ero giunta al limite di quella linea sottile che separa la vita dalla morte.

Mi rendo conto adesso che se avessi continuato su quella strada avrei commesso il più grosso sbaglio della mia vita.

Avrei rovinato la mia bellezza, la mia salute, il mio corpo, ma cosa peggiore di tutte avrei rovinato il mio matrimonio e molto probabilmente avrei perso mio marito.

E' per questo che oggi, nel giorno delle mie dimissioni, sento il dovere di ringraziare tutte le persone che mi hanno aiutato, spronato ed incoraggiato a uscire dal tunnel in cui ero entrata.

Adesso che ho smesso di bere, mi sento come ringiovanita, più serena, più tranquilla, più calma ed ho riscoperto il piacere di tante piccole cose.

Ho cominciato una nuova vita e voglio viverla intensamente, voglio pensare solo a star bene, a riposarmi, a divertirmi, a girare, visitare, scoprire, ballare, mangiare ed a un sacco di altre cose; perché ho capito che vivere bene è meglio che vivere.

Un grazie di cuore, a tutti.

C.

GRAZIE AMICI

Io sono straniera però il problema non conosce frontiere e l'alcol mi stava distruggendo.

Ora frequento il Club, sto bene e sono stata accettata con tanto affetto da tutti, al punto di esserne commossa.

Dopo tanto tempo le cose fra me e mio marito vanno molto meglio e di questo sono contenta e soddisfatta pienamente.

Spero proprio di continuare su questa strada.

A voi tutti un forte abbraccio ed un grazie di cuore.

C.

PRIMA VOLTA AD UN INTERCLUB

Quando giovedì sera mi recai, assieme alla mia amica I, per la prima volta ad un incontro Acat, ero un po' perplessa.

Ora frequentiamo già da un anno il Club Amico.

E' stata per noi un'occasione che ci ha dato la gioia di assaporare e godere la vita.

L'amore e la serenità che trasmette il gruppo che frequentiamo è una cosa che non possiamo dimenticare.

L'incontro che settimanalmente operiamo è un aiuto continuo di esperienze e di idee.

Nel gruppo si entra con dolcezza, con compassione e con tanto amore, senza mai imporsi con forza.

Si ama tutti indistintamente allo stesso modo, conoscendo la storia, le ansie e le speranze di ciascuno, così possiamo unire le nostre conoscenze con le esperienze di tutti.

Visto che ci riteniamo fortunate di avere incontrato questi amici, ora speriamo di avere la capacità e la gioia di poter aiutare altri sfortunati.

Così desideriamo di essere alleate nei vostri programmi futuri, cercando di dare il meglio di noi stesse.

Augurando a tutti voi un Felice Natale e un meraviglioso Anno

A.M. E I.

LA VITA

La vita è una strada piena di gioie e dolori. O come le stagioni con ognuna la sua bellezza.

Io per vent'anni sono rimasta sul ciglio di quella strada vedendo passare le stagioni, senza vederne la bellezza, sentendo solo i dolori, senza apprezzarne le gioie. Come moglie e come madre mi sentivo una fallita e volevo che ciò passasse in fretta per non soffrire più.

Adesso che sono arrivata all'autunno della mia vita, frequentando anche questo gruppo, capendo che il mio problema ce l'hanno anche tante altre persone, vedo che giorno dopo giorno, riesco a riacquistare un po' di fiducia in me stessa.

Comincio ad amare e ad apprezzare la vita, sperando che duri il più a lungo possibile per poter recuperare il rispetto di me stessa e dei miei cari.

A.

IN CAMMINO VERSO IL TERZO MILLENNIO

Il secondo millennio è passato e ha portato con sé una parte della mia storia.

Una storia fatta di tante lotte nel tentativo di cambiare qualcosa.

Il vecchio millennio se ne va portando con sé la mia illusione di poter cambiare il mondo attorno a me.

Quello nuovo mi apre le porte ad una nuova consapevolezza.

Non ho la pretesa di cambiare il mondo attorno a me, ma so di poter cambiare quello dentro di me.

D.

8 MARZO

Cammino sulla strada della vita e mentre cammino scorgo molte mani protendersi verso di me.

Alcune sono stese per impedirmi di avvicinarmi, altre sono stese per chiedermi qualcosa e altre ancora perché vorrebbero portarmi via ciò che mi appartiene.

Ma, grazie al cielo, sul mio cammino ho incontrato anche altri tipi di mani. Erano mani diverse che, in molte occasioni ho evitato perché avevo paura di loro. Solo quando il bisogno è diventato più grande della paura, allora mi sono avvicinata a loro.

Con mio grande stupore mi accorsi che queste mani non si erano allungate verso di me per chiedermi qualcosa, ma attendevano da tempo che io le afferrassi per poter ricevere da loro l'aiuto a me necessario.

Per ogni mano che tu, o Dio, hai voluto porre nel mio cammino, per ogni gesto d'amore che Tu mi hai fatto pervenire, per tutto questo e per quello che verrà, Signore io Ti ringrazio.

D.

DIFFICILE...

Difficile discutere di stile di vita.

E' cosa personalissima.

Tutto ciò che va contro il nostro stile può essere contestabile ma, confrontandosi, e recepire opinioni altrui, può scuotere, inalberare, e quindi far uscire da una situazione di vita soporifera.

L'alcol porta a questo letargo, denigratorio agli occhi altrui e di anonimato per noi stessi.

Creiamoci un sano protagonismo che diventi gratificante per noi e per gli altri.

Usiamo contemporaneamente cervello, cuore e volontà.

Ne siamo dotati tutti.

L'alcol ci annienta.

Siamo obiettivi!

Ci trinceriamo dietro dolori, torti, fallimenti, e quant'altro..

Questi sono come pesci: bravi nuotatori.

Tornano sempre a galla anche se tentiamo di annegarli nell'alcol.

Tanto, poi evapora e ci ritroviamo con i dispiaceri pesci bravi nuotatori intatti.

Elaboriamoci un sistema lenitivo del dolore, vuoi fatalista, vuoi sdrammatizzante ma, pur sempre vincente.

Crediamo troppo ai nostri convincimenti.

Questi partono sempre a cavallo ma spesso tornano zoppi.

Quindi non diamo ragione a chi disse due cose sono infinite: l'universo e la stupidità umana.

Vada per l'universo ma la stupidità! Non ci deve appartenere! Soprattutto non vanifichiamo l'aiuto per qualcuno ci ha offerto, o meglio, l'appiglio che ci è stato offerto per aiutarci.

D

CHI SONO ?

Mi chiamo L: e frequento con mio marito il Club di S.Giacomo e voglio riassumermi i guai principali recatami dalla dipendenza dell'alcol. Sin da giovane ne abusavo non eccessivamente, solo ai pasti, dato che la mia vita è stata molto movimentata nel lavoro. Nei vari lavori svolti ho avuto anche il tempo di ottenere il diploma di Segretaria d'azienda, seguendo un corso serale. Essendo molto attiva, mi sono prodigata nella conduzione di un negozio di nostra proprietà, che poi abbiamo, col tempo, deciso di vendere.

Fu allora che la mia depressione cominciò, a motivo di tutto il lavoro fatto inutilmente, incominciai a chiudermi sempre più in me stessa, ad abusare maggiormente delle sostanze alcoliche perdendo così anche l'appetito e trovando nell'alcol il mio miglior amico. Nel frattempo si ammalò mia madre di un male incurabile e poi morì, in più ebbi lo sfratto da casa. Tutto questo influenzò notevolmente il mio carattere debole.

Grazie al costante e duraturo appoggio della mia famiglia sono stata ricoverata per due volte all'ospedale, poi cominciai a frequentare questo

gruppo, al quale debbo tanta riconoscenza, perché ho trovato una vera famiglia.

Nonostante le frequenti ricadute, con il coraggio di mio marito, di mio figlio e il conforto di Suor Amelia, continuai per questa strada, come sto facendo ora.

A giorni il mio primo anno di astinenza, ora mi sento forte, tanto da esserne io stessa incredula. Adesso ragiono con la mia testa e quando a volte penso al passato, provo ancora tanta vergogna.

Ora capisco i sacrifici fatti da tutti, per il mio bene, e vi dico grazie di tutto cuore.

A mio marito e a mio figlio che fanno i maggiori sacrifici e nonostante tutto mi vogliono ancora tanto bene come una volta, chiedo scusa per quanto li ho fatti soffrire.

A Suor Amelia, mi mancano le parole per dire grazie dal più profondo del mio cuore.

L.

AIUTO..... AIUTO!

Amici cari,

E' sera ed è già trascorsa un'altra giornata monotona, triste, uguale a tante altre. Ricordi tristi, pensieri brutti..

Tutto questo continua a trasmettere alla mia mente episodi che difficilmente si scordano. Anche se la mia mente in questo momento è libera, mi sembra che una nebbia mi avvolga e non mi consenta di continuare a riflettere in tante cose, alle quali vorrei dare una risposta. Perché? Perché questo mio chiudermi in me stessa, senza dare alle persone vicine il modo di aiutarmi? Perché mi sento una persona che non vale niente e non dà niente; una fallita?

Cari amici è da quando sono nata che, forse sono qui, solo per appartenenza. E' questo che da tempo, voglio chiedere a voi tutti. Perché ieri ed oggi, credo di domandare aiuto e non lo chiedo. Eppure dentro di me, lo vorrei tanto. Se non lo faccio è perché sono stanca, inutile, sconfitta. Vi prego tanto, aiutatemi.

A.

CARA A.

ci è stata letta la tua lettera che è stata da noi tutti attentamente recepita: La tua è una richiesta di aiuto che merita la nostra massima comprensione. Sappiamo cosa può provare una mente, confusa da tanti problemi più o meno gravi e da un forte senso di colpevolezza. Il nostro aiuto sta nel capirti e non può andare oltre al consiglio ed a una parola di conforto. Se potessimo, credi, daremmo molto di più, ma non è nelle nostre possibilità, nei nostri poveri mezzi, potertelo dare.

Sappi che tutti noi gioiamo delle tue vittorie che vorremmo ti sostenessero sempre. Quando ciò non succede, ci sentiamo tutti rattristati.

Il tuo è anche il nostro sentire. Scusaci se ci limitiamo a dirti che ti vogliamo bene, ma è la verità.

Fatti forte A., noi sappiamo che ci riuscirai, ne siamo fortemente convinti. Soprattutto, fatti vedere; desideriamo farti compagnia.

A.

C.A.T. Ca' Baroncello

FAR PARTE DI UN CLUB

Io da circa un anno faccio parte del Club di S. Giacomo, ora lo considero la mia famiglia. Mi chiedevo l'importanza che ha la famiglia nel Club. Pensavo che il problema fosse mio e non dovevo coinvolgere i famigliari, ma affrontare da sola tutto questo, mi sentivo sola e cercavo di non parlarne con loro, ma poi ci ripensavo, vedevo i manifesti esposti in Villa Ferrari che mi colpivano molto, con semplici frasi ma di grande importanza "NON NASCONDERTI DIETRO IL BICCHIERE" oppure "ASSIEME CE LA PUOI FARE". Li guardavo, ma tornavo a casa e cercavo di dimenticare.

Entrata al Club, tutto mi è tornato in mente, i cartelloni che sembravano messi a posta come richiamo, l'importanza del Club e della collaborazione della famiglia che si unisce a un'altra famiglia, il Club.

Il problema di una singola persona diventa di tutta la famiglia, le paure, le angosce spariscono e non coinvolgi più le persone che ti stanno accanto, ma sono loro a voler essere partecipi al problema senza accuse o rimproveri, ma solo con lo scopo di aiutarti e allo stesso tempo essere aiutati a capire.

Da quando frequento il Club di cose ne sono successe, ho provato la ricaduta, una grande sconfitta, morale e fisica. Ti senti di aver tradito tutti, ma loro ti aiutano a superare anche questo, che purtroppo si può incontrare nel cammino, senza il loro aiuto non ce la puoi fare, sono stata anche ricoverata in una clinica a Padova "Parco dei Tigli", non perché il Club non mi stava aiutando, ma forse mi serviva capire che se sei aiutata e ti aiuti anche solo il Club ti può aiutare, è stata una bella esperienza. Sono tornata a casa con un bagaglio pieno di cose positive, ma oltre l'aiuto dei medicinali, anche al Parco dei Tigli, la cosa più importante era la presenza della famiglia.

Quindi far parte di un Club, significa far parte di una famiglia.

N.

ESSERE....

Essere consapevoli dei propri pregi e difetti e accettarli.

Essere se stessi e non aver paura di ciò che siamo e non nascondersi in false maschere cioè alcol e droghe.

Cambiare si può, basta volerlo.

Non ingannare noi stessi e gli altri fingendo di voler cambiare.

Poche parole e più fatti.

Saper apprezzare le piccole cose della vita.

M.

CASA SOLLIEVO

Abito in una delle due case Acat. Quando sono arrivata, circa due anni fa, stavo molto male. Infatti sono un'alcolista, vengo da una famiglia numerosa, i miei genitori bevevano e la mia infanzia è stata triste, ricca solo di solitudine e dispiaceri e tanto lavoro per me, per accudire i miei nove fratelli, visto che io ero la più grande di tutti. Mi sono sposata giovanissima e mi sono trasferita in Italia. Ho avuto due figli, ma dopo un breve periodo di serenità, sono cominciate le prime difficoltà. Per me c'era solo lavoro e basta. Mio marito mi trascurava e mi lasciava spesso, molto spesso da sola. E così ho cominciato a bere, prima poco e poi sempre di più e questo sembrava aiutarmi, mi sentivo coraggiosa. Ma la mia vita si è trasformata in inferno. Alla fine il mio matrimonio è andato a rotoli e ho perso anche l'affetto dei miei figli.

Ho avuto tante traversie in questi anni bui, sempre più sola ma con un amico: l'alcol. Ho avuto incidenti anche molto gravi, ricoveri in ospedale, mi sono ridotta ad essere quasi una barbona, abbandonata da tutti, senza casa né soldi.

Ma a volte qualcosa di bello succede nella vita. A me è stata offerta l'opportunità di essere inserita in una casa Acat, e subito ho accettato contro voglia il progetto, ma non avevo scelta. I primi tempi sono stati duri sia per me che per i volontari che mi seguivano, ma poco a poco sono riuscita a fidarmi ed accettare quel che mi veniva offerto con grande disponibilità, mi è stata data fiducia...

Sono stata inserita in un ambiente di lavoro dove mi trovo bene, vado d'accordo con i miei colleghi, faccio volentieri il mio lavoro e il tempo passa veloce. Ora sono serena, non bevo più. Sono cambiata molto, la mia casa è sempre in ordine, a piccoli passi ho iniziato ad avere contatti con i miei figli.

Spero che tutto ciò possa durare per sempre, che l'affetto che ho avuto dai volontari che mi seguivano sia d'aiuto anche a qualcun altro, perché nella mia vita buia queste persone hanno fatto un miracolo su di me, mi sento amata e capita e questo è molto importante nella vita. A volte io penso alle persone che bevono e dico: se avessero più affetto non avrebbero bisogno dell'amicizia di una bottiglia.

Vi voglio bene, ciao a tutti e tanti auguri.....

R.

IL CLUB, E LA TESTIMONIANZA DI UN PERCORSO

Il Club prosegue nel migliore dei modi, partecipa assiduamente L., che ha fatto molte ricadute.

Ma ora sta bene. E' serena ed è quella serenità che la rende vulnerabile e socievole verso gli altri.

E' maturata ma non azzarda molto di più, ha molti amici e si rende disponibile, l'importante è che ora vive nel presente, lasciando alle spalle tutto quello che è stato del passato, anche se è stato difficile mandar giù bocconi amari.

A volte il passato si fa presente ma si dice "hai già sofferto abbastanza, perché devi o vuoi soffrire ancora", lascia che le nuvole vadano via e vedrai il sole.

Il sole quello che ti riscalda il cuore e che ti fa sentire ancora viva e il mondo corre e devi guardarti attorno. I suoi occhi non sono più spenti, ora luccicano di gioia, gioia viva, e questo le dà la carica per andare avanti.

Vuole vivere e non sa più nascondere che sta battendo forte ancora in lei un cuore grande, come la voglia di dare e ricevere perché non c'è un limite e sorride ancora malgrado tutto.

L.

CON ALCOL



S'innova con l'alcol
le braccia di affogarsi
cerco ad un ben fuori rotte
ben a capo di restare in
frotto

SENZA ALCOL



Senza alcol
l'uomo che vede, con
il proprio sulle parole
e che si fonda' da
solo, fanno affogare

LE CONQUISTE E LE DIFFICOLTA'

Quando una persona si avvicina al gruppo è sempre titubante, infatti sa che deve aprirsi completamente se vuole l'aiuto per smettere la dipendenza da alcol. I primi passi sono un po' duri per tutti; poi piano piano ci si trova in un ambiente che ridà fiducia in se stessi. Puoi esprimere i tuoi dubbi, puoi sfogarti per un litigio avvenuto in famiglia, puoi dire la tua idea per tante cose, insomma c'è qualcuno che ti ascolta.

Si sente il club come una parte di se stessi e molte volte si aspetta con una certa impazienza di arrivare al gruppo per poter dire: anche questa settimana ce l'ho fatta a stare lontano dall'alcol. Insomma senti che questo impegno settimanale ti dà qualcosa e se manchi qualche volta all'appuntamento ti sembra di essere tagliato fuori. Ti ritorna la voglia di reinserirti in quella società che evitavi sapendo che potevi essere giudicata per il tuo modo di vivere non idoneo a tante persone che sanno solo giudicare e non capire.

Al club c'è chi entra con la voglia di cambiare radicalmente, chi invece è convinto che con un ricovero di aver risolto tutti i problemi, mentre è proprio in questo momento che deve affrontarli, il ritorno alla vita normale non è sempre facile, specialmente i primi mesi. Si deve star lontano dall'alcol, si deve dimostrare la voglia di lavorare seriamente, e soprattutto far vedere agli altri che si sta cambiando veramente, riprendere pian piano le proprie responsabilità, sia verso la famiglia che nella società di tutti i giorni.

Il gruppo deve essere vicino al suo sforzo, aiutare il compagno di cammino, perché è difficile ripercorrere le tappe della nostra vita, davanti agli altri, analizzando ogni aspetto, ogni momento che possa essere d'aiuto ad individuare le cause del nostro comportamento, delle nostre azioni negative, delle tensioni famigliari e sociali che ci hanno fatto imboccare il tunnel dell'alcol.

Quanti angoli da smussare per arrivare ad una visione omogenea e serena della realtà quotidiana, che da sola ci può permettere il riscatto della

dipendenza, il reinserimento operoso nel mondo sociale, fatto di lavoro e di vita in comune con gli altri.

TUTTO QUESTO NEL CLUB E' POSSIBILE

L'alcolista frequentando il club continua nel suo intento di perseverare nel programma di vita che si è preposto, e nel club troverà, e di questo ne siamo certi, sempre spunti di verifica, per valutare la scelta dei suoi comportamenti confrontandosi con gli altri e crescendo insieme agli altri per una sempre migliore qualità di vita.

Grassivaro Umbertina

CON TANTO AFFETTO E.....

La nostra vita quotidiana è costituita da impegni e responsabilità e per compensare ci aggiungiamo una continua ricerca di distrazioni e di divertimenti, quindi una corsa continua.....

Se ci fermiamo per un momento vediamo intorno a noi un vuoto, una solitudine incolmabile.

Il cat è una compensazione a una vita frenetica, ostile, difficile.

Riunendoci ogni settimana troviamo il piacere di rivederci, la premura di sapere se tutto va bene, il coraggio di andare avanti, il ridimensionamento di un problema e l'amore per gli altri.

Ci confrontiamo, traiamo consigli che poi facciamo nostri.

Tutto questo l'ho imparato nel cat di Romano, il mio primo cat, dove mi hanno accolto con un calore immenso, di cui ho beneficiato e mi sono alimentata per la mia personale maturazione, ed è solo per questo che ora riesco a guardare avanti con occhi diversi e con tanta voglia di vivere.

Dico grazie a tutti senza fare nomi, perché sarebbe un lungo elenco, però sappiate che vi porterò sempre nel mio cuore, perché le vostre esperienze, la vostra gioia e le vostre sofferenze saranno sempre una forza che mi accompagnerà nella vita.

Non posso in queste mie righe dimenticare Bruno, perché lui era un esempio di gioia e di voglia di vivere.

Auguro a tutti voi molti altri compleanni come questo, perché voi sì che sapete cosa è il meglio nella vita.

Con tanto affetto

SONIA CLUB XXV APRILE

CAMBIAMENTO DI STILE DI VITA UNA REALTA' POSSIBILE

Anch'io come servitore ho intrapreso un cammino di cambiamento di stile di vita con le famiglie dei Club degli alcolisti in trattamento, fatto di condivisione e di fatica, accettando la realtà con le sue difficoltà e con il gusto delle cose, vedo le cose che mi circondano con occhi diversi, il mondo con la sua bellezza, un sorriso di una persona, lo sguardo triste di un amico, e anche se a volte le mie emozioni sono improvvise e mi mettono paura, o mi rendono felice, tento di vedere il lato positivo e approfittare della vita come viene, così com'è, anche se a volte significa poco o nulla. Allora mi chiedo che cosa c'è stato di buono e penso bè, smetti di frignarti addosso hai affetto, amore dei tuoi cari e di tante persone, trovi sempre un sorriso amico, riesco ad apprezzare un raggio di sole, la natura che mi circonda quando vado a camminare, il silenzio, il frusciare degli alberi, il canto degli uccelli, lo sguardo dolce dei miei cani, e allora vi dico grazie a tutti voi per avermi aiutato a re-imparare ad amare la vita, una vita semplice, sobria, essere una donna, solo una donna in mezzo ad altri uomini e donne che hanno avuto il coraggio di affrontare la vita quotidiana e la sua banalità senza sostanze che offuscano la mente.

Grassivaro Umbertina

OPERATRICE.....IO SONO?
SERVITORE.....IO SONO?

Come dice la parola stessa, operativo, che fa, esegue, agisce, **PRODUCE EFFETTO.....**

Tutto questo è un operatore, perlomeno questa è la definizione che ho trovato nel mio vocabolario.

Eppure non avevo mai visto il mio ruolo sotto questi termini. Ma quando martedì sera mi reco al Club non penso che quello produce, agisce o opera sia proprio io.

Forse perché ad ogni riunione guardo negli occhi cinque persone che quotidianamente sostengono la dura sfida che si sono imposti quando hanno deciso di smettere di bere. Vedo famigliari che hanno lottato faticosamente, che hanno pianto, che portano i segni di immense sofferenze, sento le loro parole di chi finalmente ha ricominciato a vivere, a ricostruire , tassello dopo tassello, la propria esistenza.

In loro traspare quel piacere di assaporare la vita che per molto tempo era rimasta assopita.

Forse sono loro i veri e propri operatori!!!

E' per questo che ho voluto scrivere queste poche righe....

Per ringraziare queste persone per quello che mi danno, per le emozioni che mi lasciano vivere e condividere con loro, per incoraggiare nel loro cammino, ma soprattutto per elogiarli, perché con la loro scelta non certo facile e con la loro presenza, hanno deciso di vivere!!!

Bertacco Ludovica

CHE BELLO IL CLUB DI ROMANO D'EZZELLINO!!

Mi è stato chiesto di scrivere qualche riga riguardo il club di Romano che sta per festeggiare un traguardo davvero importante: dieci anni di lavoro, dieci anni di soddisfazioni e di non poche amarezze. Ricordo con molta precisione la serata in cui l'abbiamo inaugurato, io, allora, ero presente in

qualità di operatrice, ero molto orgogliosa di quel ruolo e orgogliosa, soprattutto, delle persone che ne facevano parte.

Di quella serata ricordo l'ambiente molto bello, elegante, il blu accogliente delle poltrone del cinematografo, la sala piena di persone che provenivano dagli altri club e alcune presenze autorevoli del servizio di alcologia.

Ricordo che avevamo impiegato del tempo per scegliere il nome da dare al nostro club, non volevamo nulla che non fosse banale, ridicolo o troppo impegnativo, dovevamo trovare qualcosa che piacesse a tutti e che abbiamo messo a votazione, in modo molto democratico.

AIRONE sarebbe stato il nome del nostro club!!

Credo che non potevamo scegliere simbolo e nome migliori perché l'airone ha la forza e sta ancora volando.

La cosa che mi soddisfa di più è che quando incontro le persone di questo gruppo (ma anche dei club precedenti) ci salutiamo con molto calore e non di fretta come spesso accade tra persone che vogliono essere troppo formali; direi di più, la sensazione che io provo è di essere vista come Claudia-persona, Claudia-mamma, Claudia con altri progetti e non come Claudia ex-operatrice.

D'altro canto, quando io incontro qualcuno per la mia strada, mi piace essere informata sulle ultime novità del gruppo, su eventuali fidanzamenti, matrimoni, conclusioni di cicli scolastici, progetti di lavoro e, purtroppo, come è accaduto, vengo informata della morte di qualcuno.

Io sento di dover ringraziare tutti i "vecchi" del gruppo, quelli che sono partiti insieme a me e che hanno condiviso con me l'opportunità di mettere insieme le esperienze e di aiutarsi, a mostrare gli uni con gli altri, la possibilità di affrontare i problemi comuni.

Sono felice per aver fatto un pezzo di strada assieme a voi, vi ringrazio e vi auguro di continuare con soddisfazione nel vostro impegno per assicurare un valido sostegno emotivo.

Ciao

Claudia_Borsato

SCRITTI DI SUOR AMELIA SCANAGATTA FONDATRICE DEL PRIMO CLUB DEGLI ALCOLISTI IN TRATTAMENTO DELL'ULSS 3.

SUOR AMELIA: LA FELICITA' UNA STRADA DA TRACCIARE

Ho letto, non ricordo dove, che la felicità spesso noi l'attendiamo sulle strade che vogliamo noi e non su quelle per le quali cammina; la strada sulla quale possiamo incontrarla, spesso è fatta di piccole cose. La strada della felicità è una strada da tracciare, una pista da ricavare nelle incognite quotidiane, un sentiero aperto sull'avventura.

Questa avventura mi ha offerto lo spunto per fare una riflessione sulla nostra vita per cercare di individuare una qualche modalità di risposta al profondo bisogno che tutti abbiamo, di vivere il più possibile felici.

Innanzitutto mi sono chiesta: "Come percorrere il sentiero, perché la nostra avventura umana, in tutte le sue circostanze, volga possibilmente a lieto fine?"

Non è certo semplice e né facile dare una risposta, ma questo non può che essere un motivo in più per metterci in ricerca.

Vorremmo tentare di fare nostre quelle modalità che ci aiutano a entrare nel cuore della vita, là dove l'aspirazione dell'uomo a vivere felice affonda le sue radici ed è più che mai pulsante, il desiderio di una piena realizzazione. Entrare nel cuore della vita per me significa entrare nelle profondità di noi stessi per dare sempre nuovo ossigeno e nuova energia alle motivazioni che stanno alla base delle nostre scelte, piccole o grandi che siano. Allora tutte le piccole cose che in fondo costituiscono la trama del nostro quotidiano acquistano un grande significato ed è in questo che ci è dato di sperimentare la felicità vera, quella che riempie di senso la nostra esistenza.

Significa ancora, a mio avviso, promuovere dentro di noi forti ragioni di vita a sostegno di tutto ciò che siamo chiamati a vivere e a operare dentro la storia del nostro tempo.

La strada della felicità è una strada da tracciare prima di tutto dentro di noi, è un percorso interiore che, in qualsiasi momento e nelle situazioni più disparate, può ripetutamente raggiungerci; potremo sorprenderci allora nel

sentirci felici di vivere. Personalmente ritengo che quello che riusciamo a realizzare oggi su questo sentiero aperto, è anche premessa per procedere verso una maggiore conoscenza della bellezza, ricchezza e profondità della comunione umana. Allora è importante scoprire l'altro, capirne la ricchezza nascosta per ritrovare noi stessi a una profondità che normalmente sfugge alla superficialità del quotidiano, per cogliere tutta la ricchezza della comunione, l'unica ricchezza che ci può far felici, credo sia indispensabile metterci in cammino gli uni verso gli altri, sino a raggiungere l'essenza di quella umanità che tutti ci accomuna, al fine di donare il meglio di noi stessi. Dare e ricevere non possono che essere la stessa cosa, chi ama lo sa bene, il suo donarsi all'altro non lo spoglia di qualche cosa ma lo arricchisce, perciò si sente più felice.

Inoltre ogni comunicazione è sempre un dono di sé, ogni incontro vero nell'accettazione dell'altro ci fa superare noi stessi e questo è uno dei modi privilegiati per crescere con i doni di tutti.

La nostra partecipazione all'umanità dei fratelli nella condivisione delle gioie e dei dolori è fondamentale, in quanto fonda la stessa possibilità di vita. Risponde al profondo bisogno dell'uomo, di essere finalmente valorizzato per quello che è. In questo senso la liberazione da noi stessi non ha mai un termine, ma diviene una continua immersione in tutte le realtà umane dentro una prospettiva di fedeltà alla vita, di fiducia e di speranza. Inoltre questo è anche un modo per sentirci forti interiormente, strettamente legati gli uni agli altri, nella consapevolezza che la mia felicità consiste nel far felici gli altri e nello stesso tempo vicendevolmente responsabili nel costruire solidarietà, amicizia, amore. Il riconoscerci e il ritrovarci nell'umanità di tutti ci consente di divenire persone mature, che operano non per quello che dicono, ma per quello che sono e che sanno immergersi nella continuità della storia. Siamo chiamati a vivere per mettere in luce e offrire tutto il nostro potenziale umano e spirituale, al fine di farci proposte vitali sulla base di una chiara e forte identità. Si tratta cioè di donarci per possederci in forma allargata in un servizio all'uomo, nell'assumere con sempre maggiore responsabilità e libertà il senso della vita.

La vita cresce tanto quanto noi ci apriamo al dono degli altri; ogni vita, è chiamata ad aprirsi se vuole mantenersi autenticamente umana. Mentre il non accorgersi dell'altro, chiudersi in se stessi, a volte possono essere riflessi molto spontanei ai quali non diamo importanza, eppure

impediscono al bene di attraversarci, con l'inevitabile conseguenza di vivere senza orizzonti.

Dobbiamo riconoscere che il tempo ci è dato come luogo dove è possibile sperimentare come solo l'amore si conquista e si è conquistati. Essere ancora profeti della vita, della serenità, della speranza, in questo senso noi saremo una sfida per il nuovo millennio. Allora la vita diverrà davvero una meravigliosa avventura, dagli orizzonti sconfinati in cui ognuno di noi trova slancio, fiducia e speranza. Ci sarà così più facile tracciare la strada della felicità nell'umile accoglienza del quotidiano, perché lo vedremo con occhi nuovi e con lo sguardo proiettato sempre oltre, alla ricerca di ragioni forti di vita. E' ancora l'esperienza che, quando cerchiamo il bene degli altri troviamo il meglio di noi stessi. Per imparare sempre meglio e sempre più l'arte del vivere, fronteggiando positivamente tutti gli eventi, tutte le situazioni, dovremo imparare ancora ad accettare serenamente il dolore come parte integrante della vita. Questo significa comprenderne il valore, quale opportunità di maturazione spinta a vivere in modo profondo, a trovare cioè la felicità in quello che siamo e non in quello che abbiamo. Entrare in questa prospettiva significa cogliere le dimensioni profonde dell'esistenza per vivere seriamente quello che siamo chiamate a divenire. Riscoprire il valore dell'essere, la capacità di ascoltare e di vedere, la capacità di essere uomini e di amare, cercare dentro di noi ciò che possesso e successo non possono dare. A mio avviso queste potrebbero essere possibili indicazioni per aiutarci a fare della felicità: una strada da tracciare, una pista da ricavare, un sentiero aperto sull'avventura.

Suor Amelia Scanagatta

SUOR AMELIA: RISCOPRIRE NUOVI ORIZZONTI DI VITA

Noi siamo del parere che per sintonizzare il nostro cammino di vita con il cammino di storia, sia utile fare qualche riflessione sul percorso che stiamo facendo al fine di dare, alla nostra esistenza, sempre ulteriori possibilità di scoprire nuovi orizzonti.

Chiunque di noi voglia fare in modo che la nostra esistenza divenga veramente vita e non un tempo da trascorrere, certamente avverte, dentro di sé, l'insorgere di ripetute esigenze di ricerca per dare senso e significato nuovo, al proprio essere presente nel tempo e nella storia.

Si tratta allora di cogliere in noi quella profonda ispirazione naturale che ci spinge perennemente in avanti senza dare mai tutto per scontato. Del resto la nostra stessa esperienza ci dice che, ogni qualvolta non si verifica questo fatto, la persona cessa di essere risorsa per sé e per gli altri, per cui corriamo il rischio di cedere il passo alla vita che ci passa accanto per andare oltre.

Occorre allora mettere in atto precisi meccanismi operativi che ci consentano di sfondare, aprire nuove prospettive per dare vita nuova ai dinamismi vitali interiori.

Occorre ancora superare le proprie inconsistenze, far entrare luce nuova per far emergere la verità del proprio essere, al fine di ristabilire un nuovo equilibrio interiore. Dobbiamo soprattutto far emergere quella parte di originalità che, in ognuno di noi, nel realizzare la propria vocazione alla vita, si riflette in modo diverso unico e irripetibile. E' in questa parte di noi che dobbiamo riconoscerci risorsa inesauribile, aperta al futuro, alla ricerca di nuovi sentieri di vita da percorrere. Ed è ancora in questa parte di noi che, alla luce della riscoperta di nuovi orizzonti interiori, siamo chiamati ad assumerci in prima persona il compito di riprogettare la nostra esistenza per dare un contributo originale sempre rinnovato, alla storia del nostro tempo. E' ancora liberando dentro di noi tutte le potenzialità positive che ci è consentito di divenire persone creative, generative di vita nuova, in grado di dare un notevole contributo per aprire nuove prospettive di progresso. Appariranno così sul filo dei nuovi orizzonti, dinamiche di crescita e di sviluppo impensabili.

Il segreto del nostro agire in questo senso, crediamo che consista nell'aver come meta, la punta massima della vita, è questa che ci stimola a vivere il tempo come spazio di maturazione di vita.

La ricerca costante di nuovi sentieri da percorrere è certamente un impegno forte, ma che alla fine colma l'esistenza e la rende più luminosa, perché ci

consente di raggiungere quegli obiettivi che ci portano alla meta. Meta che non sarà mai definitiva, ma sempre un punto d'arrivo per una nuova partenza perché la forza della vita non conosce soste ma solo cammini.

Anzi dal raggiungimento di ogni meta scopriremo certamente nuovi orizzonti sempre più profondi, carichi di futuro, da costruirsi nell'oggi di ogni giorno, perché il domani sarà il mio oggi.

Quante volte dentro di noi ci è dato di sperimentare il senso dell'infinito, e il richiamo della vita che costantemente ci sollecita a guardare sempre oltre, ciò che ci attende e ci fa anche capire che la nostra esistenza ha un valore che supera il tempo e lo spazio in cui ci ha collocati.

Scopriremo la gioia di esistere in modo profondo, di guardare con occhi nuovi tutto ciò che accade dentro e fuori di noi per cogliere in qualsiasi situazione i germogli di un futuro pieno di speranza. Allora ci sarà anche più facile entrare nel cuore della propria storia con un impegno a 360 gradi per dare qualche risposta alle nuove sfide di questo tempo, perché è sempre dalla forza interiore che dipende l'esito delle nostre scelte.

Dire di sì alla vita è una opportunità da giocare a tutto campo per testimoniare, con la realtà dei fatti, che è possibile realizzare in pienezza ciò che siamo chiamati a essere e a operare.

In questo senso dobbiamo considerarci importanti e insostituibili perché ognuno di noi ha un suo ruolo specifico da compiere e da realizzare per il bene di tutti.

Non dobbiamo dimenticare che ogni persona è parte integrante di un tutto, del grande progetto universale, del grande mosaico dell'universo di cui noi siamo una piccola tessera che non può mancare.

Sono questi motivi a largo respiro che ci stimolano a operare nel quotidiano con collegamenti più ampi nella dimensione universale, alla ricerca di quella verità che svela l'uomo a se stesso. Alla ricerca di quella libertà che ci fa servitori, quella fiducia che apre alla relazione e all'esperienza dell'amore da dare e ricevere. Ma scoprire nuovi orizzonti di vita significa imparare a interiorizzare i doni degli altri come offerte di vita che gratuitamente ci pervengono, ispirarci ai grandi valori della fraternità, della giustizia e della pace, perché il mondo ci appartiene. A mio avviso questo è un camminare attraverso se stessi nel senso più vero e costruttivo.

Allora tutto diventa importante, anche le piccole cose apparentemente insignificanti, divengono espressione di un cammino di crescita che lentamente porta alla trasformazione della vita.

Nel percorrere i sentieri concreti del quotidiano è importante creare occasioni d'incontro, tessere relazioni armoniose, instaurare rapporti di fiducia e di stima per rafforzare il nostro senso di appartenenza nel nostro comune senso storico.

Divenire cioè persone fortemente propositive che lasciano dietro di sé una identità pienamente vissuta, capace di promuovere gesti di verità, di giustizia, di pace che si allargano come le onde del sasso gettato in un lago.

Scoprire nuovi orizzonti all'insegna soprattutto della speranza, parola antica come le montagne, ma sempre nuova come l'alba di ogni giorno.

Speranza, orizzonte di vita che ci fa sperimentare profondamente il senso dell'infinito e nello stesso tempo ci spinge a dare maggiore dinamicità al nostro cammino.

Suor Amelia Scanagatta

SUOR AMELIA: PERSONE IN CAMMINO

Ognuno di noi, sin dal primo istante della sua esistenza, ha iniziato a percorrere una strada, in lei giorno dopo giorno, ha scoperto la propria vocazione, con il relativo compito che la stessa gli ha affidato, ed è proprio su questa strada che prima o poi, tutti incontriamo delle difficoltà, degli ostacoli da rimuovere. Alle volte però la strada si fa dura, trovandoci così di fronte a degli ostacoli, dei disagi, e dentro di noi non abbiamo trovato il coraggio o la forza per superarli!

Questi ci hanno procurato non poca sofferenza, rendendoci conto che da soli non potevamo affrontarli per riuscire a trovare un'uscita. La vita però non ci ha lasciato andare all'arrembaggio da soli, c'è venuta incontro offrendoci un aiuto indispensabile,

CAMBIARE STILE DI VITA.

Un passo decisivo, importante, ma pur sempre un primo passo, che ci ha aperto, un futuro, dove ci siamo incamminati, per ritrovare noi stessi e recuperare quei valori che la stessa ci propone, valori che non sono

scontati, ma vanno conquistati giorno dopo giorno, mediante un impegno costante, nel qualificare le nostre scelte piccole o grandi che siano.

Per dare continuità al nostro cammino, dobbiamo tener presente che la vita non è statica, ma è frenetica, ha una marcia in più, perciò dobbiamo porci dei traguardi, dei cambiamenti, assieme a chi ci sta accanto, un crescere assieme, per giungere a un progetto di vita.

Ci è stato affidato un compito, quello di essere persone positive, punti di riferimento per chi ancora vive in con un interesse rinchiuso in quel bicchiere, spronare l'individuo e aiutarlo a incamminarsi in una nuova strada. Per assolvere ciò non può non coinvolgerci in un continuo cambiamento, per cercare di creare armonia, in famiglia, dentro di noi, sul posto di lavoro e con tutto quello che ci circonda.

Ci sentiremo fortemente motivati crescendo così dentro di noi, la voglia di conquistare il mondo aprendoci nuovi orizzonti, dando il meglio di noi stessi.

Ognuno di noi deve essere una luce per l'altro, un orizzonte che si allarga su altri orizzonti, per poter guardare avanti con fiducia, avendo dentro la certezza che la vita ha infinite risorse, nascoste dentro ognuno di noi, ed è per questo che dobbiamo dare un senso a tutto quello che facciamo.

Le vicende della vita, comportano vari mutamenti della stessa ed in continuo cambiamento di stile di vita, il tutto comporta una continua rigenerazione di noi stessi. Allora dovremo porci degli obiettivi sempre nuovi, attorno ai quali organizzare la nostra crescita umana e spirituale.

Del resto per ogni uomo Dio non interferisce nel suo progetto di vita, anzi lo fa completare con nuove sfumature.

Suor AMELIA

SUOR AMELIA: LA MIA COETANEA

Caro professore,
spesso mi risuonano all'orecchio le parole con cui, in tutte le occasioni d'incontro, amava chiamarmi o cercarmi quando mi vedeva.

Mi è rimasto dentro l'eco della sua voce; voce che esprimeva una forte carica di umanità e di grande interesse per qualsiasi persona. Questa profonda risonanza l'ho ugualmente riscontrata in tutte le persone che ho incontrato dopo la sua dipartita, soprattutto ad Assisi, in occasione del V congresso, il cui tema era stato da Lei predisposto e programmato.

Devo sinceramente dire che la sua assenza è, certamente per tutti, soltanto una assenza fisica, perché il suo carisma e la sua persona sono rimasti più che vivi nel profondo di noi stessi e nello spirito dei programmi alcologici, per i quali Lei ha dato tutto se stesso.

Allora la morte, se la guardiamo alla luce della fede, anche per chi non crede in una fede religiosa, non ha il potere di separarci, ma piuttosto di sentirci più uniti in profondità e maggiormente responsabili nel continuare il cammino da Lei intrapreso, impegnandoci fino a quando ci sarà concesso di raggiungere tutti lassù, là dove lei ci ha preceduto.

Chissà se anche allora mi sentirò dire "E' arrivata la mia coetanea... benvenuta cara..... E adesso cosa facciamo?"

Con stima e tanta riconoscenza

Suor Amelia Scanagatta

SUOR AMELIA: IL FUTURO SIAMO NOI

Riteniamo sia questo il tempo e il momento giusto per fare una riflessione più approfondita sulla nostra vita, posta su un percorso aperto al futuro. Lo dovremmo fare assieme per attivare con maggiore forza e determinazione il senso della ricerca per una nuova riscoperta di vita per noi e per quanti continueranno su questo cammino dopo di noi.

A volte siamo portati a pensare che il futuro non ci appartenga, per cui ci sentiamo quasi dispensati da un concreto impegno nel vivere il presente della vita e della storia.

Inoltre chi di noi, alle soglie del duemila non è portato, almeno qualche volta, a fare dei pronostici di buon auspicio per le generazioni future, senza pensare che le basi del futuro si costruiscono sempre nell'oggi di ogni giorno? Noi siamo veramente responsabili del futuro attraverso le scelte

operative che noi siamo chiamati a fare oggi. Allora diventa estremamente importante dare senso e significato a tutto ciò che viviamo adesso, nella consapevolezza che la dimensione futura avrà la stessa carica di vita con la quale io vivo oggi, il che significa rimanere sempre protagonisti all'interno della storia.

E' la legge del tempo, presente e futuro si fondano in un tutt'uno, un'unica dimensione di vita che diventa sempre unico momento esistenziale a cui dare pienezza di senso e significato profetico.

Alla luce di questa semplice constatazione possiamo allora ben dire che il futuro sarà quello che siamo noi oggi. Perciò non ci è dato di rinviare niente al domani, ma dobbiamo piuttosto sentirci fortemente responsabili nei confronti della vita e della storia, poiché nella vita non ci sono repliche, ogni scelta è definitiva, ogni occasione è unica e irripetibile, ogni giorno è l'ultimo giorno.

Mi pare allora che dovremmo pensarci e agire in prospettiva, progettandoci in prospettiva, porci degli obiettivi che ci stimolino a fare scelte cariche di futuro per dare senso e continuità al nostro essere presenti nella vita.

Imparare cioè a divenire più uomini dell'oggi che concretamente mostrano di giocare in tutto per tutto in prima persona, per aiutare la storia del nostro tempo a entrare nel terzo millennio attraverso la ricerca di un modo nuovo di essere e di porci su questo nostro pianeta terra. Il che significa non solo entrare nelle profondità del tempo, ma più ancora significa entrare nelle profondità di noi stessi, là dove il futuro affonda le sue radici.

Pensiamo sia allora importante sintonizzarci nel presente per riconoscere negli avvenimenti piccoli e grandi la novità da scoprire, per coglierne i messaggi e le sfide che ci interpellano, sentirci ancora sempre più responsabili nel divenire ciò che vogliamo essere, nella consapevolezza che il futuro da riappropriarci è dentro il presente in tutto l'arco della nostra esistenza.

Non dobbiamo inoltre dimenticare che profezia e futuro costituiscono l'essenza stessa della nostra vita, ci appartengono in quanto fanno parte della nostra specifica originalità, della nostra specifica vocazione, sono caratteristiche che delineano la nostra identità personale, per cui vanno vissute in modo originale, investendo la totalità di noi stessi. Allora ci sarà più facile cogliere le dinamiche profonde dell'esistenza, percorrendo insieme il sentiero che porta ad aprire nuove prospettive, nuovi ambiti di ricerca, aperti al desiderio di conoscere, di esplorare e di procedere verso altri orizzonti. Dobbiamo infuturare la vita, è questo un termine che mi

pare sia ricco di contenuti e abbia, sul piano pratico, una naturale valenza perché ci stimola a creare futuro nell'oggi dell'uomo.

A questo scopo diventa allora importante l'educarci insieme a leggere il tempo per dare carica e pienezza alle nostre scelte quotidiane, anche se apparentemente piccole e insignificanti, perché è solo il presente il nostro punto di forza per il futuro. Questa consapevolezza non può che aiutarci a divenire persone che lasciano trasparire la loro ricchezza interiore, immerse nel proprio tempo, che sanno leggere il libro della storia, interpretarne i segni e che sanno andare sino in fondo nella verità e nella autenticità.

Vorrei ancora dire che per raggiungere questi forti obiettivi, dovremmo avere un senso divino della vita e della speranza, perché è la speranza che ci fa camminare, è l'utopia che ci attrae e ci permette di trascendere dai nostri immediati interessi privi di futuro. Se questa è la posta in gioco credo sia indispensabile essere vigilanti, essere cioè persone che sono presenti al presente, per non rischiare di divenire ripetitivi di noi stessi, mentre la vita ci passa accanto e procede nel cammino.

Siamo chiamati a vivere con la vela sempre alzata per cogliere nel soffio del vento la novità, le dinamiche del futuro, al fine di calarle nel tessuto profondo della nostra esistenza per dare concretezza e solidità al nostro cammino. Il che significa avviarci sulla strada della libertà interiore e lo siamo realmente quando siamo disposti a dare e ricevere subito, quando sappiamo godere di ogni conquista fatta assieme e ci impegniamo, con fiducia e coraggio, ogni giorno, a divenire migliori.

Di conseguenza tutto quanto facciamo e speriamo di fare per migliorare noi stessi e il mondo, non può che renderci sempre più aperti e disponibili al servizio degli altri.

Inoltre pensiamo sia questo il modo migliore per immettere nella società energie nuove, indispensabili per affrontare le sfide emergenti e raggiungere le profondità della storia. Dobbiamo educarci insieme a fare una lettura positiva di tutto ciò che accade nell'oggi che ci è dato da vivere e ad avere una profonda capacità di penetrazione, perché tutto è segno per chi è disposto a guardarci dentro con uno sguardo di vita.

Si rende allora indispensabile dare vita nuova all'originalità che è dentro di noi per dare alla vita maggiore solidità e spessore mediante una fedeltà creativa nell'oggi di tutte le situazioni in cui ci troviamo a vivere.

In fondo è la stessa metodologia dei club che da sempre ci offre proposte di vita concreta per il futuro. Ma questo sarà possibile se noi oggi saremo capaci, come dicevamo all'inizio, di infuturarci la vita nell'evidenziare le

ragioni e le motivazioni che sostengono la nostra scelta fondamentale a favore della vita e dell'uomo. Fortemente ancorati a questa convinzione, non possiamo che seminare coraggio, fiducia, speranza.

Sulla base di queste premesse, vogliamo prepararci a entrare nel terzo millennio, tempo che noi stiamo riappropriandoci perché il futuro sarà quello che siamo noi oggi.

Suor Amelia Scanagatta

SUOR AMELIA: LA FEDE COME "STAZIONE" DI PARTENZA

E' questo un piccolo contributo riguardo al tema della fede, non intendendo riferirmi in primo luogo alla fede religiosa, anche se la ritengo molto importante, ma alla fede come parte integrante per la crescita e lo sviluppo integrale dell'uomo, a qualsiasi confessione religiosa egli appartenga.

Il mio intento è di cercare di entrare in quella dimensione di fede che è costitutiva dell'uomo, che costituisce la base comune alla quale tutti possiamo riferirci per dare maggiore profondità e consistenza alla nostra vita e al nostro essere pellegrini nel tempo, testimoniando l'esperienza di un cammino coraggioso e sempre nuovo.

Per vivere in novità di vita, aperti a quanto ogni giorno ci propone, comporta inevitabilmente ripartire ogni giorno da un punto di arrivo e nel contempo di partenza, come avviene normalmente nelle stazioni di qualsiasi percorso umano.

Personalmente sono convinta che se, alla base di ogni nostra partenza c'è una fede incondizionata nell'uomo e nei suoi valori più profondi, riusciremo a dare ai mille problemi che fanno parte della vita, una attenzione proporzionata al valore che essi hanno nella nostra esistenza. In fondo, noi siamo quello che veramente crediamo in profondità, e l'esperienza comune ci dice che da una fede profonda, nasce sempre un forte impegno che coinvolge la persona nella sua totalità nei confronti della vita e di quanto la vita le chiede. In questo senso ritengo che la fede, oltre

che ad essere una sicura base di partenza, sia anche luce per la vita, luce interiore mediante la quale ci è possibile penetrare dentro qualsiasi situazione umana per coglierne il messaggio positivo.

E' alla luce di questa fede che ci è dato di vivere pienamente il senso della storia, di sentirci dentro responsabilmente per far emergere nuove dinamiche di vita e di speranza, per costruire un futuro migliore, di cui a noi spetta il compito. Per realizzare questo compito è importante avere fiducia in se stessi e negli altri, che equivale all'accettazione di noi stessi e degli altri nella loro singolarità, per cui l'ammirazione che l'altro suscita in noi ci arricchisce e nel contempo arricchisce anche lui perché gli consente un nuovo apprendimento di sé.

Il trovarci insieme dentro questa prospettiva di fede ci aiuta a comprendere come riusciamo a costruire la storia del presente sia ricevendo dagli altri che donando noi stessi, come in una creazione che continuamente si rinnova.

Penso che questo sia anche il modo migliore per sentirci sempre più persone, il che significa fare continuamente esperienza del ricreare relazioni di stima e possibilità nuove di cambiamento ai fini della crescita e sviluppo dell'uomo e della storia.

Dentro questa esperienza di fede nell'uomo e nella vita, ci verranno certamente offerte molte opportunità di sorprenderci, di riconoscerci ogni giorno nuovi, diversi, inediti, perché ogni momento dell'esistenza rappresenta un'occasione unica che non si ripeterà più, per cui è solo il presente che va vissuto in pienezza. Se ad ogni istante della vita riusciamo a dare significato e un senso, saremo pienamente noi stessi, aperti a relazioni libere e gratuite che costruiscono solidarietà.

Da questo punto di vista, la fede è anche vigilanza, è attesa fiduciosa, è lotta contro la passiva accettazione della società con tutte le sue ingiustizie.

La dimensione umana della fede viene inoltre coltivata e consolidata nella misura in cui la mettiamo all'opera nella concretezza del quotidiano, aprendo nuovi orizzonti che ci stimolano a scrivere, con uno stile profetico, nuove pagine di vita e di storia. Allora la fede non è una semplice ricerca che appaga, ma un costante cammino in profondità per attingere, dalla comune radice, nuova linfa vitale, generatrice di altri cammini per ulteriori scoperte, perché la fede è una forza che resiste alle insidie del tempo come l'amore e la speranza.

Se al fondo di ogni rapporto umano c'è una novità da scoprire, una vita nuova e originale da percorrere, una rivelazione da accettare, diventa impossibile sottrarsi alla vita, in quanto ci sentiamo debitori per le infinite opportunità che essa ci offre per dare sempre più spessore e intensità alla nostra esistenza.

Ciò che ci costituisce uomini liberi, capaci di coinvolgere altri nelle esperienze positive, è sempre il nostro sguardo di fede luminosa e illuminante sulla vita. Spetta a noi educarci a una fede matura per dare al futuro un volto sereno e rassicurante, perché in fondo noi siamo certi che non finiremo mai di scoprirne la forza di rinnovamento.

Per noi che abbiamo la fortuna di far parte dei programmi alcolici territoriali, l'ambito privilegiato per alimentare insieme la fede e la fiducia in noi stessi e negli altri, è certamente il lavoro di club. Strumento che si conferma sempre più ancorato ai valori fondamentali dell'uomo, aperto ai mondi vitali, presente con la forza della testimonianza.

Inoltre nella mia piccola esperienza ho potuto constatare che, una fede umana autenticamente vissuta, spesso apre l'orizzonte alla trascendenza e porta l'uomo a dialogare e a vivere in profondità un rapporto con l'assoluto, di amore e di riconoscenza.

E non da ultimo, come dicevo all'inizio, per chi cerca di vivere la propria fede religiosa, sente di essere anche chiamato ad una pienezza di vita che va oltre il tempo, per cui è già un porsi a livello di eternità, superando la dimensione dello spazio terreno entro il quale è racchiusa una sola dimensione della nostra vita.

Per concludere, penso che, alle soglie del terzo millennio, sia molto importante ripartire da una "stazione" di fede rinvigorita e rinnovata, per consegnare a questo grande evento storico, carico di futuro, il nostro patrimonio di fede concretizzata nella vita e a favore della vita.

Suor Amelia Scanagatta

SUOR AMELIA: IL VALORE DEL QUOTIDIANO

Credo che a tutti noi sia dato constatare come il susseguirsi dei giorni di questo nostro tempo non sia più scandito dal ritmo della natura, ma sia divenuto piuttosto una frettolosa corsa che tutti ci coinvolge verso una meta spesso dai contorni non ben definiti e poco chiari. Una corsa che non solo ci fa perdere il piacere del tempo, ma non ci lascia nemmeno il tempo di riflettere per cercare di dare senso e significato a ciò che stiamo vivendo per cui la nostra quotidianità rischia di perdere il valore profondo, mentre la vita scorre in superficie.

Penso allora che sia superfluo fare assieme una breve riflessione per trovare quelle modalità che ci aiutino a dare consistenza e spessore ai nostri giorni e a tutto ciò che in essi viviamo.

E' una parola a dirsi e non è certo tanto facile entrare in questa dimensione, e allora che fare? Ciò che ci rende persone significative e grandi non è l'operare grandi cose, ma l'operare nelle normalità del quotidiano qualunque esso sia, con uno spirito grande e con un grande senso di responsabilità nei confronti di quello che siamo chiamati a fare, là dove la vita ci fa posto. A mio avviso il segreto è tutto qui.

Del resto diceva Martin L. King: "nessun compito è insignificante". Se un uomo è chiamato a essere uno spazzino di strada egli dovrebbe spazzare le strade proprio come Michelangelo dipingeva, o Beethoven componeva musica, o Shakespeare scriveva poesia; dovrebbe spazzare le strade così bene che tutte le legioni del cielo e della terra dovrebbero fermarsi e dire: Qui è vissuto un grande spazzino di strada che faceva bene il suo lavoro.

Mi pare di poter dire che l'affermazione semplice e concreta di questo grande personaggio storico, non sia solo di estrema attualità per tutti i tempi, abbia un particolare significato per noi oggi, perché ci offre una modalità in cui è possibile investire il tutto di noi stessi per crescere e maturare in grande dentro la fertilità del quotidiano.

Inoltre, chi ha fatto una scelta di fede, ha la consapevolezza di realizzare il progetto che Dio ha su ciascun uomo. Quando l'uomo si sintonizza con l'emittente divina non può che esprimere un forte impegno di fedeltà alla vita, perché sa che il messaggio cristiano si dimostra veramente fedele all'uomo.

Nelle quotidianità della vita il messaggio cristiano, lo si riconosce come forza umanizzante che rende possibile l'accettare ciò che non può essere

cambiato e affrontare qualsiasi situazione con equilibrio interiore. A tutti però è chiesto di occupare il proprio posto e di esprimere con originalità e fantasia i doni che gli sono stati dati, riscoprire dentro di sé nuove possibilità per entrare nell'armonia della vita. Allora anche il sole, la luna e tutto ciò che ci circonda, non ci passano più accanto come dovute, ma acquistano un significato particolare perché accolte come un dono che dà piacere e vita.

Ciò significa, a mio avviso, non solo allargare l'orizzonte della nostra vita, ma trovare la strada per entrarvi in profondità, per vivere in una dimensione di solidarietà universale, per cui tutto ciò che io vivo ha una ripercussione cosmica e va a beneficio di tutti gli esseri viventi.

In questo senso noi possiamo sentirci reciprocamente in cammino verso un'unica meta, perché ognuno di noi è relazione, passaggio, rapporto, apertura e dono all'altro con lo sguardo fisso verso l'orizzonte infinito dell'umanità.

Vivere in pienezza la spiritualità del quotidiano credo che ci aiuti a rinnovare e a mettere in atto quelle capacità comunicative e creative che ognuno di noi possiede ed esperimenta quando, in ciò che è chiamato a compiere, impegna la totalità di se stesso. Allora il nostro quotidiano non sarà mai un susseguirsi ripetitivo di una ferialità statica e monotona, perché saremo sempre in grado di dare un senso e un significato profondo, cosicché tutto acquista un grande valore. L'essere piccoli o grandi personaggi sulla scena della vita non ha davvero alcuna importanza, ha invece importanza occupare il proprio posto nella vita, essere contenti di ciò che siamo e facciamo purché lo si compia bene, perché quello che siamo chiamati a fare noi nessun altro lo può fare. Anzi in questo senso abbiamo il diritto-dovere di sentirci importanti e indispensabili ai fini della realizzazione di quel grande progetto che Dio ha affidato a ciascun uomo per la sua parte e per il bene di tutti.

Allora non ci è permesso di rallentare il nostro cammino quotidiano o compiere in modo superficiale ciò che siamo chiamati a fare, ma ad attivare costantemente, dentro di noi, il senso della ricerca profonda per dare il senso della novità e della festa a tutto ciò che viviamo.

Di conseguenza diventa importante sentirci interiormente nuovi ogni momento del tempo, ogni evento della vita, ogni ciclo di storia poiché ogni uomo, in questo senso si caratterizza per la sua originalità creativa vissuta e donata nel quotidiano.

Dobbiamo perciò sentirci risorse di vita e di fantasia, fedeli agli impegni del proprio vivere, aperti ai valori che contano davvero e credere fortemente che mediante le esperienze quotidiane è sempre possibile crescere e maturare in modo nuovo. Questo significa ancora vivere in pienezza la nostra vocazione di uomini chiamati a vivere profeticamente verso traguardi infiniti e difficili da conquistare, rifiutando il comodo ruolo di fanalino di coda, accettando di vivere giorno dopo giorno con estrema fedeltà alla vita.

In fondo, io credo che questo sia lo spirito che anima i programmi algologici soprattutto nel lavoro di club, dove insieme settimanalmente abbiamo modo di verificare e di programmare la nostra vita quotidiana nel segno di un cammino sempre rinnovato.

Il club inteso come luogo di apprendimento dove si ricreano le ragioni di vita, ci offre infinite opportunità per aiutarci a compiere, nel migliore dei modi, ciò che siamo chiamati a fare là dove la vita ci ha collocato. Personalmente ritengo che per valorizzare il nostro quotidiano, dobbiamo vivere in pienezza la chiamata alla vita, in fedeltà alla grande costruzione del progetto umano universale con lo stesso impegno che Martin L. King suggeriva allo spazzino di strada.

Suor Amelia Scanagatta

SUOR AMELIA: VALORE E SIGNIFICATO DELLA VITA

Al capitolo dodicesimo de "I Promessi Sposi" di Alessandro Manzoni leggiamo: "La vita non è già destinata ad essere un peso per molti e una festa per alcuni, ma per tutti un impegno, del quale ognuno renderà conto."

A partire da questa affermazione del Manzoni, che condivido pienamente, vorrei fare un ulteriore tentativo di riflessione sul senso dell'esistenza, per dare al nostro vivere quotidiano, significati nuovi e maggiore solidità al nostro operare per una maggiore qualità della vita. Il fatto di non avere scelto noi di vivere e il fatto che nemmeno ci è dato di scegliere di morire, diciamo che la vita non ci appartiene, ma ci è data in dono come un bene prezioso, da colui il quale la vita appartiene: un bene

che si realizza in pienezza, oltre i confini del tempo, nella misura in cui noi nel tempo, ne avremmo fatto tesoro nel senso di sviluppo, di crescita e di dono.

La vita non è fine a se stessa, ma soltanto un mezzo per fini più alti e chi ha trovato lo scopo e il valore della propria vita lavora con impegno mirando a quel fine.

L'esistenza umana ha grande valore proprio per l'alto scopo che ha in sé e per il quale è vissuta da chi ne ha compreso l'importanza. Dare senso e significato alla propria vita dipende soltanto da noi, ponendo soprattutto attenzione a ciò che di nuovo nasce dentro di noi e attorno a noi, se vogliamo dare alla nostra esistenza una visione sempre nuova per un modo nuovo di essere e di operare. Scoprire cioè, dentro questa prospettiva la vita come vocazione e quindi come adempimento di un compito che ci è stato affidato per la realizzazione di un progetto più grande e universale, di cui ognuno di noi è parte integrante, perciò insostituibile.

Ritengo sia importante ricollocarci sempre dentro questa realtà aperta all'infinito per orientare il nostro cammino verso orizzonti nuovi che noi siamo chiamati ad aprire in modo vivo e creativo per gli uomini del nostro tempo; questo significa semplicemente operare per una migliore qualità della vita.

Ridare costantemente nuovi contenuti e nuova carica alla propria esistenza è un impegno e un compito che dura tutta la vita. Ci incoraggia però il pensare che il futuro ci riserva sempre ciò che abbiamo seminato oggi, perciò l'impegno è soltanto quello di vivere bene il presente.

Io sono persuasa che non c'è modo migliore per ridisegnare il nostro cammino, prima di tutto dentro noi stessi, poi all'interno della storia che siamo chiamati a costruire per far nascere nuovi percorsi di vita, creare speranze, offrire orizzonti inediti, poiché è soprattutto di questo che l'uomo di oggi ha bisogno.

La vita è dove si progetta e si costruisce nell'oggi, lavorando con umiltà e speranza, per crescere soprattutto nella consapevolezza di ciò che siamo chiamati a fare per il bene di tutti. Da questo preciso impegno nessuno può sottrarsi perché tutti abbiamo qualcosa da offrire, che domani non sarà reperibile, diversamente non mancherebbe soltanto a noi ma al mondo intero.

Per vivere allora in fedeltà a quanto la vita ci dona e ci chiede, penso sia indispensabile affrontare una ricerca di noi stessi, dentro noi stessi, per scoprire le radici profonde della nostra vita al fine di riflettere sulle proprie

risorse e potenzialità, per dare profondità e pienezza di senso al nostro vivere quotidiano.

Ciò comporta essere disponibili a ricominciare con una consapevolezza nuova, consapevolezza progettuale sempre aperta, in grado di rimuovere qualsiasi ostacolo, per tenere aperta la strada al cambiamento e alla crescita, proprio perché si è forti nel credere che, indipendentemente da qualsiasi situazione storica, la vita ha in sé tutte le energie sufficienti per costruirci nuovi e nello stesso tempo vivificanti per gli altri.

Tutto questo significa assumere con maggiore responsabilità, il senso della vita, per acquisirne uno stile che rende nobile ogni gesto, anche il più quotidiano e modesto, perché in ognuno di noi la vita ha in sé l'eternità, per cui tutto quello che facciamo ha un valore eterno.

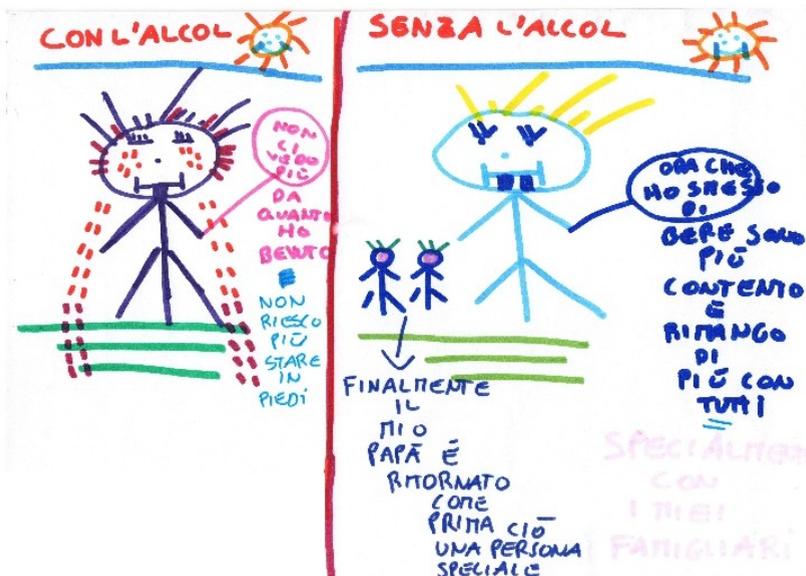
E' necessario quindi aprirsi a tutte le dimensioni umane e spirituali, per far fronte ad ogni evenienza e vivere la vita con serenità comunque si presenti, affrontando tutto con animo forte e coraggioso senza indietreggiare nel temere, poiché dietro ogni nuvola c'è sempre il sole. E' così che si manifestano e si potenziano le nostre energie interiori.

E' importante inoltre, amare la propria vocazione, qualunque essa sia, farne una ragione valida di vita come una realtà vera e buona che dà luce alla propria identità.

Le strade della vita sono tante, ma ciascuno ha la propria e la deve seguire. Tutte portano alla stessa meta, ma ciascuno deve percorrere la propria.

Per concludere vorrei esprimere il mio grazie più riconoscente alla vita per avermi offerto l'opportunità di entrare a far parte dei programmi per problemi alcolcorrelati, soprattutto con il lavoro di CAT. L'esperienza mi ha fatto chiaramente capire che il CAT è un luogo privilegiato dove non solo si recupera il diritto alla vita, la si protegge e la si promuove, ma insieme la si celebra con un rito particolare ideato dal prof. Hudolin, al quale noi tutti dobbiamo la più viva riconoscenza.

Suor Amelia Scanagatta



TESTIMONIANZE SCRITTE E LETTE DA PERSONE E FAMIGLIARI IN INTERCLUB PUBBLICI ACAT E RACCOLTE DALL'ASSOCIAZIONE PER LA DIVULGAZIONE, AL FINE DI STIMOLARE ALTRI SOGGETTI CON PROBLEMI ALCOLCORRELATI AD INTRAPRENDERE UN CAMBIAMENTO DI STILE DI VITA.

Un Grazie a tutte le persone che hanno permesso con le loro testimonianze la realizzazione di questa pubblicazione.